JUEGOS Y ESTÍMULOS PARA CADA ETAPA. ACTIVIDADES DIVERSAS EN MATEMÁTICAS, LENGUA Y MÚSICA.

A) De carácter general.

De 0 a 6 meses.

- Agitar el sonajero cerca de él, desplazándolo, y hablarle desde lugares diferentes.
- El niño explora (del nacimiento al 4º mes) los objetos que le rodean.
- Hacia el tercer mes juega a agitar las manos ante sus ojos.
- Juego del "cucú-tras" (esconderse unos instantes).
- Ofrecer algo interesante para mirar (un móvil de colores vistosos), para tocar (un muñeco de peluche o un sonajero) o para escuchar (una radio).
- Demostrar con caricias que os encanta su cuerpecito (desarrolla la seguridad y la confianza).
- Caminar por la habitación con el bebé en brazos.
- Para de caminar, mírale a los ojos, sonríe y frota su nariz contra la tuya.
- Vuelve a caminar y para de nuevo. Repite varias veces.
- Sujetar un pañuelo de colores vivos delante de él. Muévelo lentamente mientras las sobre los colores del pañuelo. Muévelo hacia otro lado (Jugar a menudo).
- Sonajero. Cantar una canción. Moverlo hacia un lado y hacia otro. Seguir moviéndolo por diferentes partes de la habitación.
- Dar vueltas con ella. Sostenlo en brazos mientras giras en círculo. De espalda. Dar vueltas.
- Su cara mira a la tuya. Dar vueltas.
- Habla de todo lo que estás haciendo.
- Cántale canciones a lo largo del día.
- Variar de vez en cuando los tonos de voz.
- Coge varios juguetes de colores vistosos y muévelos lentamente uno por uno delante de él.
- Coge sus manos y hazlas batir con suavidad delante de ella.
- Siéntate delante de un espejo. Di: ¿Quién es ese bebé? ¿Dónde está el pie del bebé? Saluda con el pie del bebé y di: "hola, pie". Sigue con el resto de las partes del cuerpo.
- Utilizando el dedo índice y el corazón, toca diferentes partes de su cuerpo. Nombra cada parte al tocarla.

De 6 a 9 meses.

- Rodar su cuerpo en la cama, despacio. Empujarlo despacio para que se caiga de espaldas en la cama cuando esté sentado.
- Ofrecerle objetos para que gatee hacia ellos.
- Animarle a ponerse de pie y a sentarse sobre el regazo, sujetándole por las axilas.

- Hay que hablarle mucho, explicándole las cosas. Cada vez que emita alguna sílaba, imitadle para que la repita de nuevo.
- Cambiar con frecuencia el campo de visión del niño. Por ejemplo, colocarle delante de una ventana.
- Escuchar música clásica y canciones infantiles.
- Ayudar a reconocer los diferentes ruidos y sonidos (teléfono, timbre, radio, etc).
- Que palpe los detalles de los objetos.
- Enseñar a diferenciar el frío del calor en objetos diversos.
- Si la temperatura lo permite, que ande descalzo.
- Que huela diferentes perfumes.
- Llamarle siempre por su nombre.
- Poner diferentes objetos en una caja y jugar a sacarlos.
- Siempre que vaya a hacer algo peligroso, hay que decirle “no” y al mismo tiempo se niega con la cabeza.
- Hay que dejar 4 ó 5 juguetes alrededor del bebé para que los explore, cambiándolos con frecuencia.
- Utilizar la alfombra de juegos.
- Utilizar la trona para comer.
- Es necesario comunicarse mucho con él: cuentos, canciones, música, juegos, gimnasia.
- Cuando comience a gatear, ofrecerle algún objeto que le llame la atención y lo obligue a desplazarse.
- Limitar a 30 minutos la estancia en el “parque”. Es importante tenerlo cerca, hablarle o cantar, e incitarle a jugar.
- Enseñar a gatear con distintas dificultades: entre obstáculos, subiendo una escalera, etc.
- Jugar a perseguirle a gatas.
- Tumbado boca arriba, cogerle de las manos y levantarle poco a poco hasta dejarle sentado.
- Enseñar un juguete, por encima de la cuna, para incitarle a incorporarse cogiéndose de los barrotes.
- Desde la postura de gateo, delante de una silla o una cama, incitarle a levantarse, mostrándole un juguete y animándole cuando lo vaya consiguiendo.
- Enseñar a mantenerse sobre una sola pierna.
- Colocarle de pie, frente a la cama (como punto de apoyo), e incitarle a dar patadas a una pelota.
- Ofrecer diversos objetos, como un cubo, un dado, un plato de plástico, cubiertos, etc.
- Colocar un juguete dentro de un recipiente e incitarle a sacarlo.
- Fomentar las conductas de imitación.
- Imitación de tareas (dar de comer a su muñeco, vestirlo, acostarlo, etc).
- Gatear sobre una persona. Échate en el suelo y coloca al niño en un lado, de modo que tenga las rodillas en el suelo. Coloca algún juguete al otro lado, de modo que el niño intente cogerlo.
- Gatear en cabestrillo.
- Persecución a gatas. Hacia el décimo mes, el niño habrá aprendido a gatear hacia delante y hacia atrás rápidamente.
- Gatear entre obstáculos.
- Para aprender a gatear: por al niño boca abajo y sitúa un juguete a 20 o 30 cm de distancia a un lado, para que intente cogerlo.

- Poner al niño boca abajo y ofrecerle un juguete a unos 15 cm al frente y hacia arriba, de modo que intente cogerlo.
- Ofrecer al niño un objeto alargado en diversas posiciones (una cuchara, por ejemplo): horizontal, vertical e inclinada

De 9 a 12 meses.

- "Toma y dame" con objetos de su entorno.
- Al bañarle, señalar y nombrar las partes de su cuerpo para que las aprenda.
- Gatear con ella jugando al "corre que te pillo"
- Envolver un juguete en una servilleta y animarle a desenvolverlo.
- Poner música y bailar con él.
- Cuentos con dibujos grandes, para que relacione las imágenes con los objetos de su realidad cotidiana.
- Lanzar objetos al aire para que los siga con la mirada.
- Objetos para apilar (cajas de cartón, cubos, etc)
- Hacer teatro con sus muñecos, moviéndolos y poniéndoles voz y sentimientos.
- Mirar libros y cuentos.
- Jugar a encontrar objetos, citando los nombres de cada cosa.
- Enseñar a contestar con gestos (aplaudir, sonreir, etc).
- Llevarle con frecuencia a la calle.
- Jugar a meter unos objetos dentro de otros.

De 12 a 18 meses.

- Es el momento de enseñarle a nadar.
- Pedirle que haga gestos y muecas ante un espejo.
- Si ya sabe apilar dos cubos, enseñarle a hacer torres más altas, de tres alturas.
- Con diferentes canciones, jugar a que se señale la boca, los ojos, la nariz, etc.
- Cuando salga de paseo, decidle los nombres de todo lo que le llame la atención e incitadle a repetirlos.
- Mientras explora la casa, enseñadle el nombre de las cosas.
- Cuando camine solo, llamadle desde atrás para que practique el giro.
- Encestar pelotas en una caja.
- Enderezar fotos, mostrándolas primero boca abajo y luego colocándolas en la posición correcta.
- Impulsar cochecitos para hacerlos rodar por el suelo.
- Sentados uno frente al otro, pasarse una pelota.
- Participación en las tareas de la casa (por ejemplo: pedirle que lleve el pan a la mesa)
- Jugar a imitar, incluidos los animales.
- Cartulina y plastilina, para moldear varias formas.
- Que ande transportando cosas, y arrastrando un juguete.
- Colocar objetos pequeños sobre otros más grandes.
- Encajar objetos de distinto tamaño uno dentro de otro.
- Colocar objetos en fila.
- Movimientos de coordinación: echar monedas en una hucha, poner y quitar el tapón de una botella, abrir y cerrar cajas, deslizar anillas por una varilla.

- Jugar a cambiar cosas (“yo te doy, tú me das”).
- Ayudarle a caminar a menudo sin decirle nada para que se concentre en mayor grado y siempre animándole al término del esfuerzo.
- Recortar y pegar imágenes, con tijeras para niños.
- Utilizar puzzles y juegos de ensamblaje.
- Enseñarle a utilizar correctamente el tenedor y la cuchara.
- Sacar juguetes de debajo de un mueble utilizando una regla o una vara.
- Jugar con un recipiente lleno de agua, en la que algunos objetos floten y otros se hundan, y con vasos de plástico de diferentes tamaños.
- Repetir a menudo el nombre de los vestidos, partes del cuerpo, alimentos, cosas de la casa, juguetes, etc.
- Nombrar los objetos colocados encima de una mesa o en el suelo, señalándolos mientras se pronuncian.

    Palabras sugeridas para objetos cotidianos:
    - Cara: boca, ojos, nariz...
    - Cuerpo: brazos, manos, piernas, etc.
    - Ropa: camiseta, braguita, calcetines, falda, etc.
    - Casa: puerta, mesa, silla, etc.
    - Comida: agua, leche, galletas, pescado, etc.
    - Calle: coche, casa, autobús, árbol, etc.

- Aprovechar situaciones en la casa o en la calle para explicarle lo que sucede a su alrededor, con frases cortas compuestas de palabras sencillas.
- *A partir de 1 año* hay que introducir los juegos de habilidad y equilibrio: ensartar unas anillas en un palo, bicicleta o patines, juegos de magia con las manos.
  A los 15 meses:
- Hablar al bebé y presentarle libros con frecuencia, un poco todos los días.
- Poner a su disposición juguetes que se arrastran.
- Jugar a la pelota.
- Darle papel y un lápiz ancho y corto.
- Permitirle que haga cosas por sí solo (comer, vestirse, desvestirse, etc).

De 18 a 24 meses.

- Dar patadas a una pelota y perseguirla después de botarla.
- Abrir y cerrar botes de rosca.
- *A partir de los 21 meses*: Hacia los 24 meses: pedalear en un triciclo, voleyball con un globo, tenis con una pelota inflable, etc.
- Piezas de plástico que encajen unas dentro de otras. Preferiblemente piezas cilíndricas.
- Encestar pelotas en una caja.
- Explicarle lo que sucede en la casa o en la calle, con frases sencillas.
- Jugar a intercambiar cosas (“yo te doy, tu me das”).
- Colocar objetos en fila.
- Clasificar y ordenar objetos según el tamaño.
- Participación en tareas, por ejemplo: pedir que lleve el pan a la mesa.

- Repetirle a menudo el nombre de ropas, cosas de la casa, juguetes, cosas que vaya viendo en la calle, etc.
- Utilizar puzzles sencillos.
- Jugar a imitar.
- Al construir torres se le dice que está construyendo una casa o una Iglesia, o un tren (construcción horizontal). También se puede explicar *fin* y *medio*.
- *Clasificar según el color*: se comienza con dos bloques amarillos y dos rojos. Enseñadle a separarlos en grupos de colores. Cuando sepa hacer esto, se pasa a tres bloques amarillos y tres rojos.
- *Aprender los colores*. Se pueden usar cartulinas de colores para enseñar los colores, a partir de los 18 meses aproximadamente. El amarillo es un buen punto de partida y se deberán enseñar los colores de uno en uno, normalmente antes de que se haya logrado alguna clasificación por color. Hay que decirle "esto es amarillo". A continuación pedid que encuentre objetos de un color parecido entre las piezas o entre lápices de colores, o en cualquier otro sitio de la habitación (pueden ser necesarios un par de minutos al día durante 3 ó 4 semanas para aprender un solo color).
- *Contar* (al principio sólo hasta 3. Cuando haya aprendido a contar hasta 3, se continúa hasta 5, y así sucesivamente)
    - Usando objetos reales similares (cucharas, piezas de plástico, coches en la calle, etc).
    - Escalones al subir o bajar las escaleras, o simplemente decir "un, dos, tres", antes de entrar en la casa, etc).
    - Contar dedos de la mano.
    - Utilizando canciones que incluyan números.

Aspectos a tener en cuenta.

Motivación.

En líneas generales, para lograr una adecuada motivación hay que presentarle los estímulos que le son útiles de una forma llamativa, interesante y oportuna, y para ello es necesario:

a) Que sean perceptibles para el niño.
b) Que llamen su atención y le diviertan.
c) Que mantengan su interés.
d) Que el niño haya sido preparado para el estímulo y éste sea adecuado.
e) Que afecten a su interés en ese momento.

Si una actividad no genera interés en el niño, el peor error es intentar imponérsela. Esto garantizará que probablemente nunca llegue a gustarle ni sea bueno en ella. Si algo así sucede, es mejor retirar transitoriamente la actividad, y continuar con otras que si le interesen.

En niño sólo considera importante aquello que realmente le interesa.

Ritmo de progreso.

Hay que tener en cuenta que siempre hay variaciones individuales en el proceso de desarrollo cerebral e intelectual. Por otro lado, es absolutamente normal que el niño no progrese de forma constante y lineal. A etapas de aprendizaje y desarrollo le siguen períodos en los que los avances son más lentos (o parecen serlo) o hay un relativo estancamiento, para después volver a una fase de progreso rápido. Por ello, hay que adaptar el ritmo de enseñanza a estas pautas.

Es especialmente importante que los padres eviten frustrarse ante las etapas de estancamiento, manifestando desagrado o decepción al niño. De hacerlo así, sólo lograrán angustiarle, desmotivarlo más en las actividades en las que está estancado y prolongar esa fase, e incluso hacerle aborrecer esa actividad. La actitud correcta consiste en aguardar cierto tiempo y, de ser necesario, volver a motivarle –sin presionar- en relación a la actividad en la que esté estancado.

Actividades en general.

De 2 a 3 años.

- Hay que procurar no imitar al niño repitiendo sus palabras de manera deformada.
- Poner a su disposición libros con imágenes, música infantil, espacio para pintar, etc. A esta edad (2 años aproximadamente) hay que empezar con los juegos de construcción, que son muy útiles para desarrollar todas las facultades mentales. Los más conocidos son los *mecanos* y *legos*. También son indicados los que implican construir o ensamblar piezas: circuitos para un tren, recortables de papel, plastilina, juegos de herramientas, confección de vestidos o adornos (cuentas para hacer un collar o un cinturón, etc), etc.
- Aprender canciones infantiles y juegos de palabras.
- Utilizar juegos que permitan ordenar el material de forma lógica para memorizarlo (formar una palabra con las iniciales de varios nombres).
- Conversar frecuentemente sobre las experiencias vividas, por ejemplo, a partir de fotografías.
- *Juegos con agua*. Enseñar a llenar un recipiente grande con otros más pequeños.
- Darle calcetines y pedirle que los agrupe por parejas, o colocar en un frutero distintas variedades de frutas y pedirle que las separe unas de otras.
- Se puede comenzar también con los juegos simbólicos: reproducir el mundo de los adultos y sus actitudes. Utilizan objetos reales (poner el chupete a papá, ayudar a lavar los platos a mamá, etc). A partir de los 4-5 años, además de copiar la realidad, inventan una historia. A partir de los 6 años, la historia que el niño inventa es una historia real.
- Alinear tres o cuatro objetos al lado de la pared. Pedirle que cierre los ojos y esconded uno. Preguntadle: ¿Qué falta?
- *Veo, veo*. Hay que escoger objetos concretos de los que estemos seguros de que conoce la palabra.
- Con los ojos cerrados reproducir el sonido de un objeto que el niño tenga cerca: las llaves, un despertador, etc. Se le pide el nombre del objeto.
- Repetir el mismo ejercicio pero con objetos que pueda oler.
- Repetir el mismo ejercicio, pero con objetos que pueda tocar.
- De vez en cuando indicarle nombres y palabras relacionadas: cuadrado, rectángulo, triángulo, etc.

- Pedirle que busque formas cuadradas o que se parezcan a los cuadrados y también formas redondas.
- Clasificar y emparejar: calcetines, cubiertos, etc.
- Ordenar juguetes: las muñecas aquí, los coches allí.
- Parejas de imágenes.
- Dominó con imágenes.
- *Clasificar según la forma*: se ponen dos piezas de cada forma en un pequeño montón encima de la mesa. Hay que empezar con 2 y aumentar a 3 y 4. Hay que asegurarse que los colores son los mismos para todos los tamaños. Esta actividad se puede extender a clasificar tazas y platillos, cucharas y tenedores, etc.
- Utilizar un ábaco que tenga bandas gruesas. Se comienza contando hasta 3, luego hasta 5 y, por último, hasta diez.
- Contar objetos: dedos, lápices, muñecos, etc. (primero 3, luego hasta 5, y posteriormente hasta 10).
- Enseñarle a coger el lápiz (las habilidades motrices permiten esto alrededor de los 2 años y medio) y que comience a trazar líneas verticales, horizontales (poco a poco).
- Actividades con plastilina.
- Palabras con plastilina.
- Preguntarle los nombres de las cosas de la casa.
- Construcción de torres con bloques de madera.
- Preguntarle a menudo algunos colores.
- Cortar con tijeras. A partir de los 3 años, aproximadamente, es niño es capaz de hacer cortes con tijeras especiales para niños (sin punta). Hay que ayudarle a recortar: todavía no sabrá recortar formas redondas.
- Después de leer un cuento, pedirle que represente el papel de un personaje.
- Pedirle que baile canciones infantiles.
- Dibujos en los que algún elemento esté colocado al revés. Preguntar ¿Qué está mal?
- Juegos interpretativos: que interprete algún personaje.
- Fabricar álbumes con recortables.
- Plantar semillas.
- Aviones de papel.
- Clasificar tenedores y cucharas (tres de cada).
- Que ayude a poner la mesa.

De 3 a 4 años.

- Se pueden comenzar los juegos de regla: juegos de mesa (cartas, oca, parchís) y de competición (actividades deportivas que enfrentan a dos grupos). Estos juegos tienen una importante función en el desarrollo de las habilidades sociales y la capacidad para negociar, ya que desarrollan el sentimiento de la vinculación y pertenencia a un determinado grupo social.
- Para una sesión de aprendizaje es conveniente sentarse en una mesa grande de cara a la pared, y dividir las actividades más o menos del siguiente modo:

    - 5 minutos: Dibujar/copiar letras
    - 5 minutos: aprendizaje de colores.
    - 5 minutos: contar
    - 5 minutos: significados de palabras.
    - 5 minutos: cuento

- Se puede comenzar el aprendizaje de la longitud (largo, más largo, lo más largo) (corto, más corto, lo más corto) utilizando pajitas, por ejemplo.
- Comenzar con el concepto de peso (por ejemplo, utilizando patatas)
- Comenzar con el concepto de volumen con tres vasos de agua llenados con distintos volúmenes.
- Utilizar tarjetas con números. En una cartulina dibujar con números grandes del 1 al 20 y encerrar en un círculo los pares, y después los impares.
- Una de las mejores formas de enseñar a sumar es utilizando pequeños bloques de madera (sumar es ir hacia arriba y restar ir hacia abajo).
- Contar con monedas.
- A los tres años un niño necesita que la historia que le lean tenga tres elementos: una página ilustrada para comentarla, una caracterización viva, mucha acción y un poco de misterio. Muchos cuentos de hadas contienen estos elementos. Hay que interpretarle el papel del gigante o de la bruja.

Bolsa de sorpresas. Ponemos diversos objetos dentro de una bolsa. El niño debe introducir una mano y debe identificarlos con el tacto.

Juguete sobre la mesa. Cubierto con un paño, para que deje traslucir, más o menos, la silueta. Averiguar su nombre.

Ruidos. ¿Qué ruido produces cuando comes algo que te gusta mucho? ¿Cuándo estornudas, cuando soplas fuerte por la boca, el viento, un coche, un tren, etc?

Sonidos. Imitar el ruido de una abeja (zzzzzz), de un neumático que se desinfla (sssss...), de un coche, etc.

Cumplir órdenes. Sal de ahí, dejando la mesa a tu derecha, sigue adelante, da una vuelta a la silla; detente de pie, ante el armario, etc.

Tres objetos. Por ejemplo, un plátano, una manzana y una naranja. Colócalos de modo que la manzana tenga a su derecha el plátano y que la naranja tenga la manzana también a su derecha.

Pasado presente, futuro. ¿Qué hiciste ayer? ¿A quién viste? ¿Qué vas a hacer el próximo domingo?

¿*Qué hago durante el día*? Me levanto...

Ritmos. La letra M representa aplaudir. La P, golpear el suelo con los pies. Ejemplos: MMP,PPM,MPM,PPP, etc.

Transcripción de un ritmo. Golpes fuertes en la mesa: el niño dibuja una espiral; golpes flojos, un punto.

Palmear palabras. Decir palabras destacando bien cada una de sus sílabas, acompañando cada sílaba con una palmada.

Completar series. Desayunar, comer, merendar...¿Qué palabra seguiría? (Noche,cena). Dedo, mano, brazo...

Clasificar palabras en grupos: Lluvia, pájaro, nieve, perro, viento, gato, truenos, etc.

Terminar frases: con los ojos veo, con la boca...; el agua del mar es salada, el azúcar es...; el pájaro vuela, el pez...

Causa-efecto: terminar frases como: ya que he pasado horas sin comer, ahora tengo...; He salido sin paraguas, y, como llueve...

Aprender y recitar poesías, comenzando por dos versos, aumentando cada día hasta completar. También canciones.

El dibujo escondido. Se le enseña un dibujo y el niño lo observa. Luego se le retira y se le pide que recuerde los detalles.

Órdenes con gestos. Dar órdenes para que las cumpla, sólo con gestos.

Planteamiento de problemas: haced cosas que el niño sepa que están mal: por ejemplo poner los zapatos en la cabeza, los guantes en los pies, los calcetines en las manos.

.....

MATEMÁTICAS.

Actividades en general.

- Proporcionar muchas ocasiones para que desarrollen la diferenciación visual (tamaños, formas, similitudes, diferencias, etc).
- Procedimientos de medición (longitud, peso, tiempo, cantidad, etc).
- Hablar con ellos sobre la diferencia entre números cardinales (1,2,3) y ordinales (primero, segundo, tercero).
- Agrupar objetos.
- Mediciones lineales (con una cuerda, un palo, una cinta métrica, etc).
- Ir al campo. ¿Qué necesitamos llevar? ¿Qué cantidad de cada cosa?.
- Utilizar un dado.
- Narrar una historia y que aporte el niño las partes numéricas (por ejemplo, número de patas de un animal).
- Echar ingredientes líquidos o sólidos en recipientes de medir.
- Reloj grande con números.
- Báscula para pesar objetos.
- Contar y citar las partes de plantas y de objetos.
- Se le enseña una figura, por ejemplo un cuadrado, y se le pregunta: ¿es un triángulo? ¿es un círculo?...
- Termómetro.
- Emplear vocabulario matemático: sumar (más), restar (menos), ancho, estrecho, grande, más grande, el más grande, intermedio, etc.
- Contar el número de veces que se hace botar una pelota, que se dan palmadas, o patadas con los pies.
- Equilibrio de objetos y forma de conseguirlo.
- Marcar números de teléfono.
- Presentar fichas en folios en las que aparezcan diferentes figuras geométricas y pedirle que pinte de color amarillo los círculos, de rojo los cuadrados y de verde los triángulos.
- Mostrar dos objetos al mismo tiempo, pero de distinto tamaño. Pedir que digan cuál es el de mayor tamaño.
- Colocar tres objetos, del mismo tipo pero de diferente tamaño. Señalar el grande y preguntar: ¿cómo es: grande pequeño o mediano?
- Dos libros de diferente grosor. ¿Cómo es este libro, delgado o grueso?
- Dos grupos de objetos, grande y pequeño, pedir que ponga en un lado los grandes y en otro los pequeños.
- Formar grupos con objetos que tengan la misma longitud.
- Formar filas con lápiz pequeño-lápiz grande-pequeño-grande...

- Dibujar en un folio o pizarra muchas flores y en otro pocas flores. Pedir al niño que diferencie. Realizar con otro tipo de dibujos.
- Colocar sobre una mesa diferentes objetos, por ejemplo, pinzas de la ropa, piezas de construcción, palillos, etc. Pedir que separe el material en grupos pequeños. Después volver a juntar en un solo grupo.
- En un folio dibujar un uno y al lado un flor. Decirle: hay una flor, se representa con el número uno. ¿Qué número es éste? ¿Cuántas flores hay? Finalizar coloreando la flor y el número uno. Repetir con el resto de los números.
- Sintonizar emisoras de radio y cadenas de televisión.
- Montones que consten de determinado número de objetos.
- Comparaciones: más/menos, pequeño/,menor/,mínimo.
- Colaborar en la preparación de una lista de compras (lo que ya se tiene, lo que se necesita).
- Caja de cartón llena de objetos diversos. Conforme el niño vaya adivinando se saca el objeto y se pone encima de la mesa.
- Distribuir y agrupar objetos según el color, o el material.
- Cortar una cartulina en trozos: circunferencia, cuadrado y triángulo. Repartir el mismo número de fichas en cada caja, y todas las fichas tienen que ser iguales.

De 2 a 3 años.

La edad óptima para iniciar el aprendizaje de las matemáticas está en torno a los dos años. Como todo aprendizaje de un método educativo, las sesiones deben ser cortas y divertidas. Celebra los éxitos y no te desanimes ante los fracasos.

El bebé puede saber que tiene tres pelotas, pero saber que ese número se llama tres y se representa con un 3 requiere un aprendizaje previo que le permita leer e interpretar ese signo. El primer paso es enseñarle a leer los números. Después aprenderá a sumar y restar con cartulinas en las que aparecerá un número determinado de manchas y la cifra a la que corresponda ese número. Cuando el niño entiende que dos manchas más (+) una mancha es igual (=) a tres manchas, entenderá los conceptos de sumar y equivalencia. Siempre debajo del número de manchas debe aparecer el número arábigo al que corresponde para que lo identifique. Con ello estamos sentando las bases no sólo de su futuro aprendizaje de las matemáticas, sino también del de su razonamiento lógico; es decir, aprender a discurrir.

- Comenzar por la adquisición de nociones prenuméricas y preespaciales: mucho-poco, encima-debajo, delante-atrás. La adquisición de “1” se hace contraponiendo “1” a muchos. Al “*2*” se llega a través de la noción de par: par de ojos, de zapatos, de guantes, etc.
- Los ejercicios de clasificación de objetos (por su forma, color, tamaño, etc) sirven para introducir al niño en la teoría de conjuntos.
- Las actividades de modelado ayudan en la adquisición de la noción de volumen.

4 años.

- Pueden enumerar hasta 20, aunque sólo aprendan las 6 ó 10 primeras cifras.
- Es necesario recurrir a algún vínculo con la vida real, ya que la ampliación de las cuentas de forma abstracta (es decir, sin relación con objetos de uso cotidiano, puede ser el comienzo del síndrome “yo no puedo con las mates”.
- Contar usando botones, dinero, bloques, dedos, etc.
- Son capaces de aprender el concepto de decena.

- Son muy importantes los ejercicios de medida. Hay que comenzar con medidas naturales: palmo, pie, para después utilizar una vasija pequeña para llenar otra grande, etc.
- En la teoría de conjuntos puede adquirir las nociones de elemento, relación de pertenencia y propiedad característica de los elementos de un conjunto.
- Mediante ejercicios de recortado y pegado se ayuda al niño en la adquisición de la noción de superficie y el dibujo intencional le ayuda a adquirir el dominio de la línea, más difícil para él que la superficie.
- *Confección de un calendario*: Dibujar cuadrados en una cartulina, uno para cada día de la semana. Escribir en negro los día de la semana, de lunes a viernes, y de rojo el sábado y el domingo. En cada celdilla se pondrá también el número que representa (1,2....8...)
- *Barajar números.* Escribir en octavillas de cartulina del 1 al 99. Barajarlas, darle un grupo de ellas y pedir al niño que las ordena de menor a mayor.
- *Dictado de números.* Pedir que escriba dos números posteriores al que se dicta (o dos anteriores)
- *Traer objetos*. Necesitamos:

  1 objeto
  2 objetos iguales: 2 lápices
  3 objetos iguales: 3 gomas
  4 objetos iguales: 4 bolígrafos
  5 objetos iguales: 5 libro.

Situamos todos los objetos juntos en el suelo, por ejemplo, y le vamos pidiendo a nuestro hijo que nos traiga sucesivamente varios números de objetos, por ejemplo. Repaso del 4: le pides que te traiga 4 bolígrafos. Después 5 libros (cuentos) que pesan menos. O si ya es más mayor, que nos traiga 3 objetos iguales, o combinaciones, 2 gomas y tres lápices. O ¿cuántas gomas tienes?....

.....

LENGUAJE.

Actividades en general.

-*¿Qué ocurrió luego?*

Un libro de cuentos con grandes ilustraciones. Después de que haya leído el cuento, preguntar: ¿Qué ocurre en esta primera lámina? ¿Qué sucedió después de esto? ¿Y luego?. Mostrar las láminas sucesivamente.

-*¿Quién sabe decirlo?*

Que el niño diga diferentes objetos que comienzan por diferentes letras.

-*Palabras familiares que rimen.*

Ejemplos: gato, pato... vela, tela, etc.

- *¿Qué es lo contrario de arriba?*

Ejemplos: señala arriba en la habitación, manos arriba, manos abajo, tapa de una caja, mira arriba (el techo), mira abajo (el suelo)...

- *¿Qué es lo contrario de cerca?*

Ejemplos: pon las manos cerca de las orejas, de la cara, de las piernas; objetos en la habitación (cerca/lejos).

- *¿Cuál es diferente?*

Una diversidad de objetos (dibujos, letras, números, etc) que tengan semejanzas y diferencias. Preguntar, por ejemplo: ¿es el pulgar como este otro dedo?, etc.

- *¿Qué es lo contrario de cerrado?*

Ejemplos: puerta, caja, botella, libro, tijeras.

- *¿Qué es lo contrario de grande?*

Ejemplos de diversos objetos.

- *¿Qué es lo contrario de detrás?*

Ejemplos de diversos objetos.

- *¿Qué es lo contrario de dentro?* (Idem)
- *¿Qué es lo contrario de encima?* (Idem)

- *¿Esto es más pequeño o más grande?* (Idem)

- *¿De qué color es este lápiz?*

- *¿Cuál es tu mano derecha? ¿Y la izquierda?*

- *¿Cuál es tu pierna derecha? ¿Y la izquierda?*

2-3 años.

- Mostrarle cuentos que tengan dibujos muy expresivos y decirle el nombre de los objetos que aparecen en las ilustraciones, incitándole a repetirlos.
- No le interrumpáis ni habléis por él, dejad que se exprese solo.
- No abusar de los diminutivos, ya que le obstaculizan mucho la comprensión.

3 años en adelante.

- Cuando se equivoque repetirle siempre la palabra de forma correcta, para que escuche cómo se dice.
- Jugar a imitar las acciones de los animales.
- Emitir palabras o frases con distintas velocidades, intensidades y entonaciones.
- Entonaciones de palabras, frases y canciones breves que se acompañarán de gestos y de esquemas rítmicos sencillos.
- Jugar a comunicarse mímicamente, expresando distintas acciones o estados de ánimo.

- Adivinar lo que hace otra persona: abrir y cerrar objetos: una puerta, una botella, etc. Sacar punta a un lápiz. Expresar alegría, sorpresa, susto, dolor, enfado, etc.
- Jugar a disfrazarse de animales, personajes de cuento u otras personas de la vida real y actuar y hablar como ellos.
- Jugar a articular palabras aprendidas o frases con distintas intensidades, ritmos y entonaciones.
- Narrar breves historias a través de varias secuencias de imágenes.
- Repetición de los cuentos que escuche.
- Memorizar y recitar poemas.
- Realizar breves dramatizaciones sobre cuentos.
- Reconocimiento de ruidos y sonidos, instrumentos musicales, etc.
- Comprensión de sonidos: pitos, palmas, animales, etc.
- Localización espacial de sonidos.
- Gimnasia lingual y labial ante el espejo.
- Emitir palabras sin voz para que el niño las adivine.

.....

PSICOMOTRICIDAD.

- Se sitúa al niño en una posición fija y se le pide que dé palmas, marcando los tiempos que le vamos indicando. Por ejemplo: dar una palmada contando hasta tres (“uno, dos tres”, palmada).
- Combinar marchas lentas y rápidas. Comenzaremos siempre con el pie izquierdo.
- Marchas con paradas. A una orden el niño se detiene, y la reinicia con otra nueva orden. Otra opción: el niño se impondrá a sí mismo las paradas: “Me detendré cada tres pasos”, por ejemplo)
- Sucesión de órdenes rápidas: sentado, de pie, agachado, etc.
- Imitar al educador. (Movimientos diversos)
- Acentuar el movimiento de los brazos durante la marcha
- Mantener el brazo derecho y la pierna izquierda adelantados, y con un salto cambiaremos rápidamente, de forma que adelantemos el brazo y la pierna contrarios.
- Partiendo de la posición firme, el niño dará un salto y caerá con los brazos extendidos horizontalmente y las piernas abiertas.
- Correr sin moverse del sitio.
- Sostener un objeto en equilibrio con una mano, mientras que con el otro brazo se realiza un ejercicio de subida y bajada.
- Trazar círculos en el aire con los brazos, simultáneamente y en la misma dirección. Una vez que se haya ejercitado en el ejercicio anterior, el movimiento se realiza en direcciones opuestas.
- Dibujar simultáneamente en una pizarra un círculo y un triángulo.
- Jugar “a la pata coja” mientras se va votando una pelota.
- Mantenerse de puntillas el mayor tiempo posible. Se puede hacer una competición de duración.
- Caminar sobre una línea marcada en el suelo.

- Manos extendidas sobre una mesa, con los dedos separados. Se le pide que levante alternativamente cada uno de los dedos. Primero con una mano y luego con las dos simultáneamente.
- Con el dedo pulgar tocar sucesivamente cada uno de los dedos restantes de la mano. Primero con una mano y después con las dos.
- Con la mano cerrada, se le pide que extienda el dedo que se la vaya indicando.
- Tocar la oreja izquierda con la mano derecha, y al contrario.
- Atribuir un símbolo a los conceptos de izquierda-derecha. Por ejemplo, cuando se diga la palabra "rojo", saltará a la derecha, y cuando ser diga la palabra "azul", lo hará hacia la izquierda.
- Sacar y meter la lengua a distintos ritmos.
- Hacer girar la lengua fuera de la boca.
- Simular que se come un caramelo.
- Golpear con la lengua el paladar y la parte inferior de los dientes.
- Hacer "gárgaras"
- Apretar y aflojar de forma rítmica los labios.
- Identificar el pelo, las manos, los pies, etc., señalándolo primero en un adulto y luego en él.
- Fingir leer un periódico o un libro, pasando las páginas.
- Caminar como gato, perro, caballo, jirafa, etc.
- Caminar agachados como los enanitos y estirados como los gigantes.
- Pasar por debajo de sillas o mesas.

De 2 a 4 años.

- Actividades que impliquen situaciones espaciales: arriba-abajo, dentro-fuera.
- Desenvolver objetos que previamente se habrán envuelto en llamativos colores.
- Simular que nos tumbamos a descansar y nos levantamos sobresaltados por un susto.
- Mantener objetos en equilibrio sobre diversas partes del cuerpo, parado y en movimiento.
- Repetir los movimientos, gestos y acciones que realice el adulto.
- Mover los dedos de los pies como si chapoteáramos en el agua, empujáramos un patinete, apretáramos una pelota de goma.
- Muecas ante un espejo.
- Pintar el contorno de la mano y del pie, en un papel.
- Girar los brazos, realizando movimientos circulares, imitando las aspas de un molino.
- Balancear los brazos, estirados a lo largo del cuerpo, de un lado a otro, imitando el péndulo de un reloj.
- Realizar una torre de, al menos, 4-6 cubos de plástico.
- Ensartar bolas en un hilo plastificado.
- Meter anillas en una barra de soporte.
- Imitar volar como aviones.
- Imitar conducir un coche.

EDUCACIÓN MUSICAL.

- Inventar una obra musical. Escoge un número concreto de sonidos (4, por ejemplo).
- Identificar, distinguir y reconocer las cualidades del sonido (grave-agudo, fuerte, flojo, etc).
- Favorecer al máximo la actividad rítmica espontánea del niño, creando un ambiente que facilite su desarrollo fisiológico, motriz, cognitivo y afectivo y la expresión sonora del ritmo.
- Cantar canciones de cuna meciendo al niño.
- Bailar con música con el niño en brazos.
- Jugar a bailar escuchando una música y pedirle que deje de moverse cuando cese la música.
- Combinar voz y movimiento.
- Golpear la mesa con las palmas de las manos y luego con los nudillos.
- Agitar una campanilla.
- Acompañar con palmas una canción.
- Moverse libremente al escuchar una música.
- Repetición del ritmo que el educador ha tocado (marcar ritmos diversos con palmadas y pedirles que los imiten)
- Aprendizaje de algunas canciones sencillas y divertidas.
- Juego: se le muestra una fotografía de un instrumento y se le dice que imite la manera de tocarlo. El padre imita el instrumento y se le dice al niño que busque la fotografía correspondiente.

CUENTOS.

De 3 a 4 años.

- Procurar que se refieran a situaciones que él está viviendo.
- Leer descripciones cortas.
- Cuentos en los que haya *buenos* y *malos*.
- Pon voces a los personajes y anímales a representar el cuento, como si fuera una obra de teatro.

4 años.

- Cuentos con mucha acción (piratas, dragones, wikingos). Seres fantásticos y objetos extraños, flores gigantes, etc.
- Se recomiendan: *Almendrita, Cenicienta*, *Pinocho*, *El Gigante egoísta*, etc.

De 5 a 6 años.

- Personajes y hechos que susciten sentimientos de bondad, abnegación, virtud, sacrificio.
- Se recomiendan: *Marcelino pan y vino*, *La cigarra y la hormiga, Quinca la pastora,* etc.

Factores a tener en cuenta:

- La acción ha de transcurrir de modo ininterrumpido.
- El relato debe transcurrir en el más breve espacio de tiempo posible. La continuidad en la narración debe ser escrupulosamente respetada.
- Las frases y palabras reiterativas son totalmente necesarias.
- Expresión dramática, de forma directa visual a la vez que auditiva.
- Con sencillez y claridad, sin dar importancia a lo que se sabe.
- Con entusiasmo, interesándose por el propio relato.
- Con tranquilidad, sin correr.
- No gritar. El halo de misterio se consigue mucho mejor a media voz, modulando bien las frases y con perfecta nitidez en la articulación de las palabras.
- Comenzar con "Érase una vez..." (traslado al niño al terreno de los desconocido) y terminar con "colorín, colorado, este cuento se ha terminado" (regresa al plano de la realidad).
- El niño debe disfrutar con la historia.
- Inventar cuentos. Para captar su atención se puede relacionar la historia con su vida cotidiana: "*Había una vez una niña, que se llamaba (nombre del niño) como tú, y también le costaba mucho ir a dormir...*"
- Despertar expectación: hay que meterse dentro del cuento: modular la voz y adaptar los gestos a la historia es tan importante o más que lo que se cuenta. Hay que introducir pausas en los momentos cumbre para incrementar el interés.
- No olvidar el ritmo: a los niños les gusta los cuentos de acción, por eso no hay que perderse en los detalles. Es preciso que pasen cosas constantemente y con rapidez.
- Buscar el momento adecuado: antes de irse a la cama, los niños necesitan en este momento sentirse arropados por un clima de cariño.

2. ESCRITURA Y LENGUA.

ESCRITURA.

Hasta hace relativamente poco tiempo, en todos los ambientes de enseñanza se comenzaba aproximadamente a los 6 años, e incluso antes a enseñar a leer y escribir directamente de un modo totalmente estandarizado, sin preocuparse por las características y limitaciones especiales de los niños, teniendo éstos que soportar un aprendizaje interminable de signos extraños, sistemáticos, que en su mente nada decían.

Actualmente estas corrientes de enseñanza han sido desterradas para subsanar esas limitaciones de aprendizaje existen unos ejercicio a realizar de preparación a la lectura y a la escritura, con el fin de adiestrar al niño su mecanismo psicomotriz, a la vez que acortar el aprendizaje propiamente dicho de estas materias.

La pre-lectura

En las escuelas de párvulos es necesario iniciar a los niños en las llamadas técnicas instrumentales. Vamos primero a preocuparnos los objetivos de la prelectura. Estos no son otros que los de preparar niño por medio de diversos ejercicios para una más rápida y mejor comprensión lectora, que es la verdadera cualidad de la lectura propiamente dicha.

Estos objetivos deben perseguir los fines específicos de:

a) Interesar al niño en la lectura por medio de textos cortos, de fácil comprensión, que inciten al niño a su continuación dentro del proceso lector.
b) Se debe poner en manos del niño un material ameno y adecuado a su mentalidad, con el fin de que pueda trabajar a su gusto y con el mejor rendimiento posible.
c) No interferir en el proceso de aprendizaje, dejando que el niño siga su ritmo personal. Al no sentirse cohibido ante un apresuramiento por parte de padres o profesores, que quizá no puede seguir, se despierta en él una confianza capaz de estimularle a una aceleración en los ejercicios prelectores; no desanimarle nunca ante un posible estancamiento en su aprendizaje.
d) No empezar estos ejercicios propiamente dichos de prelectura antes de los cuatro años, que es cuando el niño tiene más estabilizado su sistema motriz, a la vez que ya puede fijar sus ideas.

Sin embargo, los ejercicios de prelectura empiezan mucho antes, aun sin recibir este nombre, cuando comienza el desarrollo lingüístico, mediante conversaciones, cuentos, recitación, trabalenguas, juegos de palabras, acertijos, ruedas de ideas, juego del veo-veo, etc.

Más tarde pueden empezarse diversos ejercicios de prelectura propiamente dichos, recargando éstos sobre la imaginación del niño, mediante ejercicios sobre:

- Reconocimiento de objetos, figuras geométricas, etc., dibujados en cartones que compararán entre sí, observando sus diferencias de forma, color, tamaño, etc.
- Comparación de palabras primero, más tarde de frases, en cuanto a los signos que las integran, su longitud, diferenciando sus características propias.
- Tomar cartones que representen algún cuento conocido por los niños. Estos, a la vista de las imágenes, repetirán la historia hasta hacer de ellas algo familiar.
- Recortar letras que previamente háyanse dibujado, poniendo de un color diferente las vocales de las consonantes. Será también conveniente que estas letras se hayan dibujado antes en el papel mediante plantillas preparadas por el profesor y resiguiéndolas los niños con un lápiz.
- Jugar con rompecabezas, que irán paulatinamente avanzando en dificultad.
- Repartir entre los niños cartones que tengan impresas diferentes palabras, que tendrán que buscar hasta sacar la que ellos consideren parecida a la palabra que previamente habrá puesto la parvulista en la pizarra.

La pre-escritura

Es una etapa que debe buscar el adiestramiento motor del niño mediante unos controles nerviosos y musculares de la mano y el brazo, que van destinados a lograr un perfecto uso de sus músculos motores, en una sincronización de los mismos.

Antiguamente este adiestramiento, desgraciadamente aún presente en muchas escuelas, venía dado por una incesante repetición de signos y palotes, que acababan por exasperar al niño poco amante de las tareas reiterativas y aburridas, máxime cuando conocía «el dibujo» de esos signos pero no su significado ni su dicción. Más tarde, seguían estos ejercicios, alternados con espirales más o menos seguidas, rayas, cuadrados, etcétera.

Sin embargo, ninguno de estos métodos conseguían lo pretendido, pues se quedaban en los ejercicios sensoriales sin penetrar en la esencia de la escritura, consistente en la unión de la grafía con el significado intrínseco, dándole un valor preponderante a aquélla en detrimento de éste. Actualmente, el aprendizaje de la escritura tiene un giro diferente con respecto a la enseñanza tradicional.

Existe un punto de madurez a tener presente en el momento de comenzar la preescritura y viene dado por poder distinguir:

- Saber comparar la longitud de distintas líneas.
- Saber ordenar éstas según su posición y su dirección.
- Distinguir cuándo dos signos están unidos y separados.
- Diferenciar entre sí las figuras geométricas más características.

Cuando todas estas facetas son conocidas por el niño, puede comenzarse la preescritura, que consistirá en una larga serie de ejercicios a realizar con las manos, como son:

a) Modelado en plastilina, barro, sirviéndose de las manos, de los dedos.

b) Recortado de papeles de colores con tijeras romas, de fácil acción y dejando hacer a la originalidad del niño.
c) Plegado de papeles, aunque sólo sepa romperlos con las manos, pues así cogen fuerza con ellos.
d) Dibujo a base de lapiceros de colores, ceras, etc., siempre dejando hacer a la creatividad del niño, revisando la parvulista sus trazos, la fuerza de éstos, etc.
e) Ejercicios de trazos direccionales, siguiendo objetos familiares al niño.
f) Combinación de trazos rectos y curvos, etc.

Asimismo, cuando el niño sepa realizar fácilmente estos ejercicios, se pasará al estudio de signos representativos a los que el profesor habrá dado un significado o bien unos símbolos que por ser universalizados, manejará también. Así se habituará a su significado, al tiempo que relaciona las ideas con sus grafismos representantes, como pueden ser: la cruz, las señales de tráfico, las banderas, etc. Un ejercicio que estimula especialmente esta relación «grafismo-idea» es el de los pictogramas que -estimulan la destreza visual del niño. Aparte de los pictogramas ya publicados, la parvulista puede crear sus propios pictogramas, que le darán Oportunidades de realizar innumerables ejercicios llevando a los niños a una habitual fijación de ideas mediante la representación gráfica.

De los cuatro a cinco años pueden realizarse numerosos ejercicios a modo de juegos que, aparte de entretener grandemente a los niños, demostrarán a la parvulista el claro desarrollo evolutivo de su proceso preescritor.

El momento de su enseñanza

Antes se realizaba separadamente el aprendizaje de estas dos materias tan vinculadas entre sí, de manera que el niño no comprendía el porqué de esta unión en la práctica. Primero se enseñaban las letras y su enlace, de forma que aprendían su sonido pero desconocían su grafismo hasta que tenían conocimiento de la lectura. Más tarde aprendían ésta pero ya nunca relacionaban los sonidos con la grafía o lo hacían demasiado tarde. Posteriormente vino el aprendizaje paralelo, aunque siempre existe una cierta disparidad en cuanto al tiempo de su enseñanza.

Algunos profesores parvulistas sostienen que el niño está antes capacitado para leer que para escribir. Otros, muchos más, admiten la teoría de que por ser la palabra plasmada en la escritura y aquélla es la que está en poder del niño, puede, con el simple proceso de sintetizar su idea, pasarlo a los signos gráficos, mientras que para el proceso lector debe primero realizar el anterior proceso y luego pasarlo a la comprensión del objeto que ha sido plasmado con la grafía.

Y también es justo pensar que el niño, mediante los ejercicios realizados por medio de la plasmación gráfica (dibujo, modelado, recorte) está más capacitado para realizar su aprendizaje de escritura, aunque, paulatinamente, irá madurando sus posibilidades psicomotrices.

Es obligado recordar que, tanto la escritura como la lectura, deberá basarse no en el ejercicio motriz que pueda representar un ejercicio práctico de estas materias, sino en el desarrollo psíquico del lenguaje, que será el que desarrolle la base de la escritura y la lectura.

Asimismo, recordemos siempre que el adiestramiento en los ejercicios citados pueden acelerar ligeramente, pero en poco, el grado de madurez del niño. Por ello, este adiestramiento vendrá siempre presidido por la edad tanto cronológica como mental.

Cenefas.

Pueden iniciarse hacia los 3-4 años y tendrán una sola variante, como máximo con dos elementos. Las figuras pueden ser: línea vertical, horizontal, cuadrado o redonda.

Entre los 4-5 años pueden introducirse tres variantes.

A los 6 años pueden reproducir figuras geométricas: cuadrado, triángulo, rombo.

Entre los 5-6 años.

Es importante insistir en los ejercicios en que se combinan libremente los dos sentidos de rotación.

Han de trabajarse las orientaciones arriba-abajo y derecha-izquierda, mediante curvas abiertas y otras figuras parecidas.

Se insistirá en la continuidad y regularidad del trazo, mediante cenefas a base de curvas y de rectas. Estas cenefas han de trabajarse en horizontal y en vertical, y en las distintas orientaciones.

Se irán introduciendo: el rectángulo, el triángulo y el rombo.

Madurez psicomotora para la lectura y escritura

El importante paso que el niño tiene que dar en su aprendizaje para la lectura y escritura, nos lleva a considerar detenidamente el importante proceso que éste debe de seguir para la más perfecta consecución de tales enseñanzas.

El niño, desde que nace, y aun antes de nacer, desde el principio de su gestación, va siguiendo un ordenado proceso evolutivo que estrecha íntimamente su ser pensante con su ser orgánico. Estas diversas fases que todo tipo de organismos sufre van formando una unidad; así pues, estudiaremos la integración de todas las funciones del ser, ya sean físicas o psíquicas en las cuales deberemos basar nuestro proceso educativo.

Todo cambio físico experimentado en el niño presupone la aparición de un cambio psicológico. Pero es importante hacer notar que estos cambios no corren parejos, no suceden en el mismo período de tiempo, sino que existen uno tras de otro**,** correlativamente, alternándose los períodos de «extremos movimientos en uno u otro orden. Así pues, un momento de intenso desarrollo físico presupone una disminución en el ritmo psíquico, que a su vez aumentará en intensidad posteriormente, al disminuir el desarrollo corporal.

.....

<u>Recomendaciones</u>:

- Partir, según el método global, de palabras completas que conoce bien y que le interesan;
- Presentarle palabras escritas en caracteres suficientemente grandes (12 mm por 10 mm)
- Presentar este aprendizaje como un juego y no como un trabajo, no como una obligación diaria fastidiosa.
- Interrumpir las sesiones antes de que en niño se sienta fatigado.

<u>Actividades con documentos escritos:</u>

- Manejar un diccionario.
- Consultar guías (telefónicas, etc)
- Buscar información sobre un tema cualquiera en una enciclopedia, un libro especializado, etc.

LENGUAJE

ACTIVIDADES

5-8 meses.

El bebé comienza a comprender las palabras entre los 5 y los 8 meses. Entre el 4º y el 6º mes comenzará a pronunciar 2 sílabas seguidas (ta-ta). Descubre que puede jugar con los sonidos. Le encanta escucharse a sí mismo.

Hacia el 7º mes el bebé da muestras de entender mucho lo que se le dice. Hará pausas en sus monólogos si te ve con ganas de contarle algo. Conviene:

- Llamarle por su nombre, para que lo vaya fijando bien en la memoria.
- Meter y sacar la lengua delante de él, para que copie los movimientos y adquiera más movilidad.
- Cantarle canciones infantiles.
- Emitir sonidos onomatopéyicos (Por ejemplo, si le enseñas una ovejita de peluche, dile "beeee", para que así se entrene en el proceso de relacionar sonidos y significados)

Hacia los 7-8 meses comienzan a utilizar un gesto para señalar o alcanzar algo.

8-11 meses.

- Comienza a comprender órdenes simples, que impliquen hacer una única cosa.
- Traducir sus balbuceos en palabras, repitiéndoselas en voz alta para que imite la pronunciación y amplíe su vocabulario.
- Mostrarle cuentos y enseñarle canciones para interesarle por el lenguaje. Hay que hacerlo con gestos y movimientos divertidos que capten su atención.
- Hacia los 10-12 meses, si se le pide, el niño es capaz de señalar las partes del cuerpo, objetos comunes y grabados simples.
- Las primeras palabras se emiten entre los 9-18 meses. La mayoría de los niños emplean al menos 1 ó 2 palabras al cumplir un año. Son de carácter holofrásico.

12 meses.

- No conviene imitar sus sonidos deformados.

15 meses.

Su vocabulario será de unas 25-30 palabras. Conviene:

- Acostumbrarse a pedirle los objetos por sus nombres, en vez de señalárselos.
- Procurar no utilizar los pronombres personales (yo, tú, etc) cuando te dirijas a él.
- Leerle cuentos para que se familiarice con el ritmo de las palabras y aprenda a modular los sonidos.
- Darle explicaciones muy sencillas de las tareas que realizas durante el día *"te quito la camisa porque hace calor" "vamos a darte un baño"*, etc., cuidando de intercalar preguntas cortas que le hagan participar en la conversación. Si se queda callado y no te contesta, hazlo tu por él.

18 meses.

- Ejercitar sus músculos bucales con juegos de imitación: sacar la lengua, hacer pucheros, soplar, mover los labios, etc.
- Intentar hablarle de cosas que pueda relacionar. Por ejemplo, de sus juguetes y otros objetos con los que está familiarizado o que pueda ver a través de fotografías y dibujos.

2 años.

Entiende unas 250 palabras. Conviene:

DIFICULTADES EN EL LEGUAJE Y ESCRITURA.

Afasia.

Retraso en la aparición del habla, por lesión neurológica, hipoacusia (sordera parcial o total), problema afectivo o falta de estimulación oral.

Cuándo preocuparse:

- Tiene 6 meses y no localiza los sonidos ni identifica las voces.
- A los 8 meses, de repente, deja de balbucear.
- A los 2 años, hace fuertes variaciones de tono al hablar, no se comunica con gestos (decir no con la cabeza, señalar las cosas, etc), ni imita la mímica de los adultos (palmas, etc). No juega con otros niños y se queda apartado en un rincón.
- A los 3 años no asocia las palabras, sólo utiliza palabras sueltas.

Disglosia.

Articulación incorrecta por malformación en los labios, lengua, dientes o una parálisis facial.

Cuándo preocuparse:

- Algunos fonemas son típicos de ciertas desviaciones. Por ejemplo, si pronuncia mal la “n” (suena a “l” o “d”) puede tener un problema respiratorio. Si la “d” suena a “t” p “z”, puede tener una leve hipoacusia. Si se trata de una parálisis facial, la “p” suena a “f” y la “m” como “n”.

Dislalia.

Es la deformación de algunos fonemas, especialmente la unión de varias consonantes y la pronunciación de la erre. Hasta los 4 años es normal que omita algunos fonemas (“pueta” por “puerta”) o los sustituya por otros más fáciles (“cote” por “coche”). También, hasta los 5 años, es normal que articule bien acada sílaba por separado pero no la palabra completa: sabe decir trom-pe-ta, pero al unir las palabras dice “crompeta”.

Cuándo preocuparse:

- Si no hay ninguna lesión, a los 5 años hay que buscar la ayuda de un logopeda.

Tartamudez.

A los 3 años es frecuente, pero desaparece en unos meses.

Cuándo preocuparse:

- Si el problema surge cuando el niño ya es mayor o persiste pasados los 4 años, hay que acudir a un logopeda.

- **Deficiencias visuales**: Se detectan, en ocasiones, por lo incompleto de algunas letras, desunidas, sin cerrar en dos partes.

- **Dixlesia**: Dificultad en el aprendizaje de la escritura y el lenguaje hablado. Puede detectarse a partir de los 3 años. Fundamentalmente se debe a un fallo en la lateralización cerebral. El dixlésico tiene dificultades perceptivas auditivas y visuales. Le cuesta distinguir entre fonemas próximos, y que son acústicamente cercanos: *b* por *d*, *t* por *d*, *p* por *b*, *f* por *v*. Confunde vocales y sonidos consonantes similares.

En el disléxico es natural la disgrafía. También puede tener mala organización del espacio y confundir las nociones de *arriba-abajo, izd-drcha, delante-detrás.*

En la lectura se "traga" las palabras y salta los renglones (por defecto de la percepción visual). Estas dificultades pueden acarrearle tartamudez. El niño lee despacio, sin tono, le cuesta entender lo que ha leído. Su escritura es difícil de descifrar, con muchos tachones.

Tiene fallos poco comunes: no acaba de aprender a leer la hora, no recuerda fechas tan llamativas como el día de los Reyes Magos o su cumpleaños. No se aprende los días de la semana, y confunda la derecha con la izquierda. Un dato típico es la dificultad para orientarse en el espacio y en el tiempo.

A pesar de todo, el niño disléxico suele ser muy inteligente. Destaca en las labores que no le exigen el uso de las letras (dibujo, matemáticas o cualquier actividad plástica).

La edad ideal para iniciar el tratamiento es alrededor de los 7 años.

Según algunas estadísticas la dislexia afecta en mayor o menor grado a un 10% o un 15% de la población escolar y adulta. Afecta en igual medida a niños y niñas, sin embargo existe un aumento en los niños mas que en las niñas y estadísticas inglesas hablan de una relación de 8 a 1 entre el número de niños y el de niñas afectados. Esto quizá tenga que ver con el hecho de que se considera que las mujeres en general tienen un mayor desarrollo en el área del lenguaje que los hombres. Hay consenso en que entre un 4 y un 5% de los niños presentan problemas graves de aprendizaje de la lectura, con la consecuente dificultad escritora.

La dislexia va unida en ocasiones a otros problemas de aprendizaje escolar, tales como la disgrafía (dificultades en el trazado correcto de las letras, en el paralelismo de las líneas, en el tamaño de las letras, en la presión de la escritura...) y en fases posteriores aparece la disortografía (dificultades para el uso correcto de las reglas de ortografía, desde las que se llaman de ortografía natural a las de nivel más complejo.)

En ocasiones la dislexia va unida a dificultades de pronunciación, con mayor incidencia en la dificultad de pronunciación de palabras nuevas, largas o que contengan combinaciones de letras del tipo de las que le producen dificultades en la lectura.

En el aula la dislexia se puede detectar inicialmente por el retraso en el aprendizaje de la lecto-escritura, las peculiaridades que se dan cuando consigue iniciar el aprendizaje, la lentitud, la tendencia al deletreo, la escasa comprensión lectora debida a la falta de ritmo, la ausencia de puntuación. A medida que los cursos pasan, los problemas se agudizan, ya que el estudio, y el trabajo escolar en general se basa en las habilidades que el niño no tiene y se retrasa progresivamente. Así, la dificultad lectora, la escasez de comprensión, llevan a malos resultados escolares, mal autoconcepto, actitudes de desgana y conductas en ocasiones, disruptivas, perturbadoras del buen funcionamiento del clima del aula.

Ocurre con gran frecuencia que al niño se le tacha de vago, distraído y se atribuye a estas características su mal funcionamiento escolar, presionándole para que trabaje, atienda, y de alguna manera menospreciándolo por su incapacidad para aprender.

Hay que tener en cuenta que la realidad es justo al revés, ya que las características de distrabilidad es normal al síndrome disléxico y si bien es una dificultad para el aprendizaje, no es algo que el niño pueda controlar voluntariamente y cuya mejora debe entrar dentro del esquema de tratamiento del problema.

La dislexia se presenta en muchos grados, desde pequeños problemas superables en breve plazo, hasta una dificultad que se arrastra de por vida y que se aproxima como en un continuo hacia la disfasia, que es un problema más grave y profundo de todas las áreas de lenguaje. De cualquier modo, con la iniciación del tratamiento con suficiente precocidad se suelen derivar resultados positivos y una clara mejora en el rendimiento escolar. La mayor o menor efectividad va a depender de factores tales como la profundidad del trastorno, el nivel de motivación, inicial o que se le consiga inculcar, grado de implicación de la familia y el profesorado, adecuado diagnóstico y tratamiento, duración y seguimiento del trabajo...

Profundizando en la detección de los niños con problemas de dislexia, de acuerdo con los criterios de la Asociación Británica de Dislexia y con otras fuentes, los signos que pueden tener (algunos d ellos, no necesariamente todos) los niños según la edad serían los siguientes:

Niños de Preescolar (Educación Infantil)

- Historia Familiar de problemas disléxicos (padres, hermanos, otros familiares)
- Retraso en aprender a hablar con claridad
- Confusiones en la pronunciación de palabras que se asemejan por su fonética
- Falta de habilidad para recordar el nombre de series de cosas, por ejemplo los colores
- Confusión en el vocabulario que tiene que ver con la orientación espacial
- Alternancia de días "buenos" y "malos " en el trabajo escolar, sin razón aparente.
- Aptitud para la construcción y los objetos y juguetes "técnicos" (mayor habilidad manual que lingüística, que aparecerá típicamente en las pruebas de inteligencia.), juegos de bloques, lego,
- Dificultad para aprender las rimas típicas del preescolar
- Dificultades con las palabras rimadas
- Dificultades con las secuencias

Niños hasta 9 años

- Particular dificultad para aprender a leer y escribir
- Persistente tendencia a escribir los números en espejo o en dirección o orientación inadecuada.
- Dificultad para distinguir la izquierda de la derecha.
- Dificultad de aprender el alfabeto y las tablas de multiplicar y en general para retener secuencias, como por ejemplo los días de la semana, los dedos de la mano, los meses del año.
- Falta de atención y de concentración.
- Frustración, posible inicio de problemas de conducta.

Niños entre 9 y 12 años

- Continuos errores en lectura, lagunas en comprensión lectora.

- Forma extraña de escribir, por ejemplo, con omisiones de letras o alteraciones del orden de las mismas.
- Desorganización en casa y en la escuela.
- Dificultad para copiar cuidadosamente en la pizarra y en el cuaderno.
- Dificultad para seguir instrucciones orales.
- Aumento de la falta de autoconfianza y aumento de la frustración.
- Problemas de comprensión del lenguaje oral e impreso.
- Problemas conductuales: impulsividad, corto margen de atención, inmadurez.

Niños de 12 años en adelante.

- Tendencia a la escritura descuidada, desordenada, en ocasiones incomprensible.
- Inconsistencias gramaticales y errores ortográficos, a veces permanencia de las omisiones, alteraciones y adiciones de la etapa anterior.
- Dificultad para planificar y para redactar relatos y composiciones escritas en general.
- Tendencia a confundir las instrucciones verbales y los números de teléfono.
- Gran dificultad para el aprendizaje de lenguas extranjeras.
- Baja auto-estima
- Dificultad en la percepción del lenguaje, por ejemplo en seguir instrucciones.
- Baja comprensión lectora.
- Aparición de conductas disruptivas o de inhibición progresiva. A veces, depresión.
- Aversión a la lectura y la escritura.

La observación de que todos los trastornos que desencadenan la dislexia no se dan siempre en su totalidad, y de que sus manifestaciones no se dan siempre en su totalidad, lleva a algunos autores a pensar que existen dos matices distintos de la dislexia:

- Dislexia con alteraciones fundamentalmente viso-espaciales y motrices, cuyas características serían: escritura en espejo, confusiones e inversiones al escribir, torpeza motriz, disgrafías.

- Dislexia con alteraciones fundamentalmente verbales y de ritmo, que se caracterizaría por trastornos del lenguaje: dislalias, inversiones, pobreza de expresión, poca fluidez verbal, comprensión baja de las reglas sintácticas, dificultad para redactar y para relatar oralmente...

Se cita a Ajuriaguerra como autor clásico que haría corresponder estas dos clases de dislexias a alteraciones funcionales o lesiones de uno u otro hemisferio cerebral: las lesiones derechas se relacionarían con trastornos gnoso-práxicos, viso-espaciales, apraxias constructivas, perturbaciones somato-gnósicas, que se corresponderían con lo observado en el primer tipo de dislexia, mientras que las lesiones izquierdas están más relacionadas con los trastornos de las funciones simbólicas (trastornos del lenguaje, alexia, agnosia para los colores, etc..)

Es cierto por otro lado, como indicábamos más arriba e indica la asociación británica, que el niño disléxico presenta características de personalidad que a veces se atribuyen a otra cosa, pero que tienen que ver con su problema de aprendizaje, a veces como causa y otra como consecuencia.

Así, es característico que destaquen estos niños por la falta de atención. Debido al esfuerzo intelectual que tiene que realizar para superar sus dificultades perceptivas específicas, suelen presentar un alto grado de fatigabilidad, lo cual produce una atención inestable y poco continuada. Por esta causa, los aprendizajes de lectura y escritura les resultan áridos, sin interés, no encontrando en ellos ninguna motivación que atraiga su atención. Este problema se agudiza con el tiempo si el aprendizaje de la lecto-escritura se retrasa, pues el

trabajo escolar exige cada vez más de estas habilidades y el niños se distancia cada vez más de lo que ocurre en el aula. En ocasiones compensa un tanto su dificultad, si se le consigue motivar, mediante la atención auditiva a lo que se dice en el aula, en niños con alta capacidad intelectual, para que aprenda por esta vía. Pero en general se produce:

Desinterés por el estudio, en especial cuando se da un medio familiar y/o escolar poco estimulantes. Sus calificaciones escolares son bajas y con frecuencia son marginados del grupo y llegan a ser considerados (y a considerarse a sí mismos) como niños con retraso intelectual.

La posición de la familia y con harta frecuencia, de los profesores es creer que el niño tiene un mero retraso evolutivo (o intelectual en casos extremos) o bien, lo más frecuente, que es un vago, lo que se le reprocha continuamente, con consecuencias funestas para la personalidad del niño, que se rebela frente a la calificación con conductas disruptivas para llamar la atención o se hunde en una inhibición y pesimismo cercanos a la depresión. Se producen a veces también mecanismos compensatorios como se describen a continuación:

Inadaptación personal. Es frecuente encontrar en los niños disléxicos una serie de rasgos que denotan cierto desajuste emocional, que en estudios realizados y en mi práctica aparecen tres rasgos característicos: sentimiento de inseguridad, compensado por una cierta vanidad y falsa seguridad en sí mismos y en ocasiones terquedad para entrar en el trabajo y la motivación que requieren los tratamientos. En general la franqueza, la explicación de su problema, la incidencia en que su capacidad intelectual es normal o superior, ayuda a crear un clima que favorece la intervención del terapeuta. La dificultad estriba en generalizar esa actitud positiva al resto del entorno de los niños: familia y escuela.

Precisamente donde la dislexia se manifiesta de una forma concreta, donde se suelen empezar a detectar los síntomas y los problemas, es en la escuela, precisamente en las materias que inician fundamentalmente el aprendizaje, la lectura y la escritura, y en ocasiones también afecta el problema a los aprendizajes del cálculo apareciendo una discalculia, si bien en mi práctica esto es menos frecuente, en especial en los comienzos, con la suma y la resta y los primeros números, pero aparece con más frecuencia el problema al iniciarse la resta llevando, tener que memorizar las tablas de multiplicar y aprender la escritura numérica y con letras de grandes números.

En esta primera etapa aparecen muchos niños que presentan síntomas que a veces se consideran característicos de los disléxicos, tales como incipiente escritura en espejo, inversiones... La dificultad en este nivel es la de distinguir a niños que comenten errores normales en una primera etapa de aprendizaje, de los verdaderos disléxicos cuyos problemas son más profundos y permanentes.

Según va creciendo, el niño va presentando unos problemas, que dentro de la amplia variación individual para estructurarlos, predominar unos sobre otros, etc... caracterizan aproximadamente a ciertos niveles de edad.

En algunos estudios se agrupan los niños con este problema en tres niveles de edad o más bien de etapas de evolución. En general el niño disléxico al superar las dificultades de un nivel, se encuentra con las dificultades propias del siguiente nivel. Sin embargo, una reeducación adecuada hace en general que las dificultades se atenúen, se enfrenten con mayor facilidad o pueden no aparecer, en función de la dificultad intrínseca del niño, nivel de motivación, éxito de la reeducación....

Niños en edades comprendidas entre los 4 y los 6 años

Este período coincide con la etapa preescolar, actualmente es el segundo ciclo de la educación infantil. Los niños se inician en la adquisición de la lectura y la escritura, mediante

ejercicios preparatorios, pero todavía no se puede hablar de lectura y escritura como tales salvo al final del período. En este nivel se puede hablar de *predislexia,* posible predisposición a que aparezca el trastorno o indicios que hacen temer que se vaya a producir el problema. Las alteraciones tienden a aparecer más en la esfera del lenguaje:

- Dislalias
- Omisiones de fonemas, principalmente en las sílabas compuestas e inversas. Ocurre a veces también la omisión del último fonema. Así el niño dice "bazo" por "brazo", cuando no hay rotacismo o dislalia de la "r". O dice "e perro" omitiendo la "l" en vez de decir "el perro".
- Confusiones de fonemas que a veces van acompañadas de lenguaje borroso. Puede hablar claro si se le invita a hablar despacio, pero su lenguaje espontáneo es confuso.
- Inversiones, que pueden ser de fonemas dentro de una sílaba o de sílabas dentro de una palabra. Por ejemplo: "pardo" por "prado" y "cacheta" por "chaqueta"
- En general, pobreza de vocabulario y de expresión, junto a comprensión verbal baja.

Además de las alteraciones de lenguaje, se observa también frecuentemente:

- Retraso en la estructuración y reconocimiento del esquema corporal
- Dificultad para los ejercicios sensorio-perceptivos: distinción de colores, formas, tamaños, posiciones,...
- Torpeza motriz, con poca habilidad para los ejercicios manuales y de grafía. Si se observa con detenimiento, se suele dar falta de independencia segmentaría, dificultad de mover independientemente las distintas articulaciones.
- Movimientos gráficos de base invertidos. Nuestra grafía requiere el giro en sentido contrario a las agujas del reloj, pero hay niños que los hacen en el mismo sentido de las agujas.
- Al final del período, si consigue aprender letras y números, memorizarlos y distinguirlos, parece la escritura en espejo de letras y números, las inversiones, las confusiones, la falta de alineación de la escritura el tamaño inconstante de las grafías
- Cuando se ha aprendido la técnica lectora se notan vacilaciones, omisiones, adiciones, confusiones de letras con simetrías, dificultades de las descritas arriba a nivel oral a la hora de escribir.

Niños de edades comprendidas entre los 6 y los 9 años

Este período abarca los años iniciales de la enseñanza primaria en Chile, aproximadamente hasta el 4º de primaria. Es un período crucial de los niños con este problema. En estos primeros cursos se presta especial atención a la adquisición de las denominadas técnicas instrumentales (lectura, escritura, cálculo) que deben ser manejadas con cierto dominio y agilidad al final, como instrumentos de base de futuros aprendizajes. En estos niveles de edad es cuando con más frecuencia se detecta el problema y se solicita la ayuda del especialista. Siempre que o bien padres o profesores o alguien del entorno o el psicólogo escolar encauce adecuadamente el problema y no lo atribuyan a inmadurez, pereza, falta de voluntad, deficiencia mental o cualquier otra atribución alternativa para "explicar" el problema.

En el lenguaje, las dislalias y omisiones del período anterior se suelen haber superado o están en fase de superación, más fácilmente si se han abordado a tiempo y no responden a una dislalia verdadera, a veces de más difícil superación inicial o espontánea. Sin embargo las inversiones y confusiones de fonemas aumentan. Se observa expresión verbal pobre y

dificultad de aprender palabras nuevas, en especial los polisílabos, las palabras nuevas o las fonéticamente complicadas. En general el rendimiento en las áreas lingüísticas es bajo. Pese a ello, si se le explican las cosas verbalmente es más capaz de aprender que si se le exige que adquiera los conocimientos mediante la lectura o la escritura repetida.

Las dificultades de los disléxicos está en la función de repetición. El exceso de actividades repetitivas en el aula los aburre particularmente, más cuando el avance del conocimiento no se produce por estas vías y no se realiza el refuerzo adecuado.

En la lectura

Las confusiones se producen sobre todo en las ***letras*** que tienen cierta similitud morfológica o fonética. Por ejemplo a y o en las vocales manuscritas, a y e en las vocales impresas, u abierta y o a nivel fonético. A nivel fonético se produce también la confusión entre p,b y m y en ocasiones confusión también con la n.

Existe también con frecuencia la confusión entre letras que gráficamente se diferencian por su simetría o pequeños detalle, en especial en letra de imprenta. Así: d/b; p/q; b/g; u/n; g/p; d/p. A esta confusión la llaman algunos autores, confusión estática

Se producen de otro lado omisiones de letras, adiciones, principalmente a final de palabra y en sílabas compuestas. Por ejemplo carte por cartel, pelo por pelos ten por tren...

En las ***sílabas*** se producen sobre todo inversiones, reiteraciones y omisiones. Las inversiones pueden ser por cambio de orden de las letras dentro de una sílaba directa: lapa por pala, o en una sílaba inversa, como por ejemplo rapa por arpa. Pero es más frecuente la inversión de letras que forman parte de una sílaba compuesta, trabada o sinfón, que de las tres maneras se denomina. Así, por ejemplo, “pader” por padre o “barzo” por brazo.

En otras ocasiones se cambia el orden de las sílabas dentro de la palabra, en especial cuando son sílabas compuestas, así por ejemplo, drala por ladra. Esto es lo que recibe el nombre de inversiones dinámicas.

Se producen también reiteraciones de sílabas: cocicina por cocina.

Otro de los errores frecuentes es la omisión de sílabas, si bien se produce en menor grado que las omisiones de letras y afecta sobre todo a palabras largas con sílabas compuestas, que se "apocopan" por parte del niño con dificultades de lectura.

En las ***palabras*** se producen: omisiones, reiteraciones y sustituciones de una sílaba por otra que empieza por la misma sílaba o tiene un sonido parecido, por ejemplo, lagarto por letargo. A veces la palabra sólo tiene común la primera letra. Lo que ocurre es que el disléxico no tiene la capacidad de "prever" lo que viene a continuación, capacidad que los buenos lectores sí tienen y que tiene que ver con los movimientos sacádicos de los ojos al leer.

En ***aspectos generales*** dentro de la lectura, además de los problemas concretos citados se observan unas características bastante típicas que deben guiar enseguida las sospechas hacia una posible dislexia:

- Falta de ritmo en la lectura
- Lentitud en ocasiones exasperante. Muchas veces, como precaución, leen en voz baja antes de leer en voz alta para asegurarse la corrección, lo que no suelen conseguir y añade lentitud a la lectura.
- Falta de sincronía de la respiración con la lectura, que tiene que ver con:
- Los signos de puntuación no se usan para las pautas que están previstos, con lo que se amontonan las frases o se cortan sin sentido.
- Hay una dificultad en seguir la lectura, que se manifiesta en saltos de línea al acabar cada línea, pérdidas de la continuidad de la lectura en cuanto levanta la vista del texto. Esto hace que en muchas ocasiones vuelva a comenzar a leer la misma línea.

Cuando se consigue la lectura correcta es mecánica, no se produce apenas comprensión de lo leído.

En la escritura

En ocasiones se producen inversiones de letras en espejo. En algunos casos, se llega a producir una escritura total en espejo.

La alteración de la dirección de los óvalos tiende a dar una escritura vacilante e irregular, a veces las letras están hechas de trazos sueltos y en ocasiones, pese a una letra de apariencia correcta se observa lentitud y algunos fallos debido ala inversión de los giros, que el niño ha sobrecompensado con dobles giros, trazados peculiares, etc...

Presenta en muchas ocasiones confusiones de letras que se parecen por la grafía o por el sonido.

Se suelen presentar omisiones similares a las que se dan en su lectura, de letras, sílabas o palabras.

Mezcla de letras mayúsculas con minúsculas

Inversiones de letras, sílabas o palabras, pero lo más frecuente son las inversiones en las sílabas compuestas o inversas.

Se producen agrupaciones y separaciones incorrectas, partiendo palabras o uniendo varias palabras en una sola:

Mala elaboración de las frases y escritura confusa por las alteraciones de tamaño descritas y la unión en ocasiones de varios de los problemas a los que se han aludido en los párrafos anteriores.

En general en la escritura encontramos además una serie de características:

Torpeza y coordinación manual baja.

Postura inadecuada, tanto del niño como de la hoja de papel.

Tonicidad muscular inadecuada, que puede ser por falta de presión o por exceso de la misma.

Las alteraciones gráficas afectan también obviamente a los números, sin que se pueda hablar de una discalculia. Se da también la escritura en espejo de los números aislados, en especial algunos de ellos con más frecuencia (5,7,3,9/6)

Se dan inversiones de cifras en números de dos cifras, 24/42. Con números de tres o más cifras se hace más frecuente. Encuentran gran dificultad en diferenciar 104 de 140

Tienden a confundir números de sonido semejante (60/70), en mayor medida que la población normal.

Trastornos de carácter espacio-temporal son:

Dificultades de seriación, como se ha apuntado más arriba. Se manifiestan por ejemplo en los pasos de una decena a otra y en las seriaciones en sentido inverso, descendente.

Hay casos extremos con gran retraso en el aprendizaje de la serie de los 100 primeros números.

Las dificultades gráficas y de orientación espacial se unen para dar un aspecto desordenado a las operaciones, dificulta una correcta alineación de las cifras en las operaciones, tienden en ocasiones a empezar las operaciones por la izquierda.

Niños mayores de 9 años

La variabilidad que el trastorno presenta en las características individuales que acompañan al problema fundamental de dificultad lecto-escritora, se hace mayor a medida que el niño crece, ya que la manera de interactuar los distintos elementos personales y del entorno aumenta en amplitud y complejidad.

Hay algunos factores que influyen en el estado del problema en esta edad:

- El nivel mental. Los niños con una capacidad intelectual alta, encuentran a veces la forma de superar los problemas, en especial si han recibido atención especializada, y/o apoyo familiar, a veces en forma de repaso insistente a nivel oral cuando se dan cuenta intuitivamente que pueden compensar su dificultad de comprensión lectora de ese modo.
- La gravedad de la dislexia. Las alteraciones profundas son más difíciles de superar que las leves. Según algunos autores la dislexia forma un continuo con la disfasia, un trastorno del área del lenguaje más profundo y con un mayor correlato con disfunciones cerebrales. Hay disléxicos que mantienen su dificultad de adultos pese al tratamiento.
- El diagnóstico precoz y la reeducación adecuada aumenta las posibilidades de que el trastorno se supere.
- La eficaz colaboración de la familia y el profesorado en el tratamiento, teniendo en cuenta la motivación y el aumento de la autoestima como factores de vital importancia en el mantenimiento y éxito del tratamiento.

En la consulta aparecen niños con características típicas de la etapa anterior, fundamentalmente por no haber recibido adecuado tratamiento, por diagnóstico equivocado, falta de continuidad del trabajo terapéutico, dificultades de diverso tipo en el desarrollo del mismo...

Los trastornos típicos de esta edad y que a veces permanecen son:

Dificultades para elaborar y estructurar correctamente las frases, para estructuras relatos y por lo tanto para exponer conocimientos de una forma autónoma. Dificultad para expresarse con términos precisos. Dificultad en el uso adecuado de los tiempos del verbo. En general continua la pobreza de expresión oral. La comprensión verbal continúa en desnivel con la capacidad intelectual.

En la **lectura** es frecuente que se queden en un nivel de lectura vacilante-mecánica, con lo que no encuentran gusto alguno en la lectura y no se motivan en los aprendizajes escolares ni en la lectura como distracción o complemento. El esfuerzo del niño, cuando lo hace, se pierde en gran parte en descifrar las palabras, se cansa, y tiene gran dificultad para abstraer el significado de lo que lee.

En ocasiones se detecta que la lectura silenciosa, para sí, le resulta más eficaz que la lectura en voz alta, donde las dificultades se manifiestan de forma más patente.

Permanece la dificultad en las seriaciones. Esto se manifiesta en la dificultad de uso del diccionario. Les cuesta aprender la ordenación alfabética de las letras. Además les cuesta recordar la ordenación de las letras dentro de la palabra, lo que unido a las dificultades ortográficas que suelen tener, da como resultado esa gran dificultad en el uso del diccionario.

En la **escritura**, siguen presentando cierta torpeza en el aspecto motriz. Es frecuente el agarrotamiento y el cansancio motriz, dado el sobreesfuerzo que le requiere la escritura a nivel gráfico, comprensivo, ortográfico y de ordenación en el papel. Se llega a dar una especie de fobia hacia la escritura, que dificulta el tratamiento y que hay que superar en las fases iniciales del mismo. En la lectura se da también esa posición de rechazo sistemático cuasi-fóbico de la esa actividad tan negativamente cargada.

La ortografía, como hemos referido arriba, es una gran dificultad para estos niños y se puede hablar en muchas ocasiones de disortografía. Muchos niños acaban leyendo aceptablemente, pero la ortografía es deficiente, debido a una percepción y memorización visual deficientes, de la "gestalt " de las palabras. Les cuesta recordarlas como un todo.

Al redactar de forma espontánea pone de manifiesto su mala ortografía en mayor medida que en otros usos de la escritura. A ello se une la dificultad para ordenar las frases, para puntuar con corrección y expresarse con los términos precisos. Es una versión aumentada de su dificultad de expresión oral.

En **otras materias** además de la lectura, la escritura y el cálculo, se observan dificultades que tienen que ver con las características descritas, como la desorientación espacio-temporal. Así, en historia les cuesta captar la sucesión temporal y la duración de los períodos. En geografía tienen gran dificultad para localizar y en especial para establecer las coordenadas geográficas y los puntos cardinales. En geometría se producen grandes dificultades por su relación directa con la estructuración espacial.

Como hemos comentado en otros lugares, pese a la reeducación en algunos casos la dislexia de forma atenuada hasta la edad adulta: les cuesta automatizar las nociones espaciales y temporales, su lectura no llega alcanzar nunca una gran rapidez y su expresión oral no suele ser muy fluida. Esto no impide el desarrollo profesional, incluso a nivel universitario.

CAUSAS

La discusión sobre el origen de este trastorno no se ha cerrado hasta la fecha. Aportaremos diversas teorías y estudioso que avalan distintas tesis. Las hipótesis explicativas se agrupan principalmente en dos grandes áreas o tipos de problemas: de tipo *neurológico* y de tipo *cognitivo*. El nivel neurológico de explicación se refiere a la manera en que el cerebro procesa la información y cómo se diferencian los disléxicos en este campo. La organización neuropsicológica es la base en la que se asienta el funcionamiento cognitivo, que es el aspecto al que se le presta más atención por ser directamente observable en pruebas de lectura y en trabajos de observación en laboratorios.

Otro modo de clasificar las explicaciones de la alteración disléxica es entendiéndola como una deficiencia neurológica, una alteración de la memoria a corto plazo o de codificación o como un problema lingüístico de algún tipo. L a dificultad y la posible clave para llegar a alguna conclusión sobre la etiología de la dislexia sería ver cómo interaccionan estas áreas débiles con el problema de lecto-escritura, que es lo que aparece al exterior.

En general se admite que el hemisferio cerebral izquierdo tiene una implicación directa en el aprendizaje de estas habilidades. Así una inmadurez de desarrollo produciría estos problemas. Esto avalaría las tesis de la dislexia como inmadurez, pero los estudios con el WISC diferencian retrasos madurativos y déficits en determinadas áreas, que pueden aparecer como inmadurez debido a un buen entrenamiento paliativo.

La existencia de dislexia adquirida en adultos que sabían leer y que han sufrido determinadas lesiones neurológicas ha disparado estudios y paralelismo, pero los autores no se ponen de acuerdo.

Este enfoque sirve sobre todo para ver todas las implicaciones y vías que se usan en el proceso de lecto-escritura, como la vía auditiva y la vía visual, que dan diversos problemas que en los niños se estructuran de modo distinto que en los adultos, y en cada grupo de edad de niños también varían los síntomas como hemos visto, por el uso de diversas vías de acceso a la tarea lecto-escritora.

Ha habido mucha confusión entre la disfunción cerebral mínima y la dislexia evolutiva. Se ha querido asociar la dislexia a problemas de literalidad, orientación espacial, dificultad de control y conciencia dactilar,... De esta similitud de síntomas se han deducido formas de tratamiento de la dislexia basadas en el trabajo exclusivo en estas áreas psicomotrices, como algo previo e imprescindible para el aprendizaje de la lecto-escritura. Sin embargo es claro que hay muchos niños que tienen problemas de tipo psicomotriz y que no presentan dislexia. Igualmente, aunque la mayoría de los disléxicos presentan algunos de estos problemas, no todos los presentan ni los presentan todos ni en igual medida. En el trabajo psico-grafomotriz es interesante en los niños que presentan estas disfunciones asociadas a la dislexia, pero que lo fundamental es incidir en los problemas de lenguaje y en las deficiencias lecto-escritoras del niño y de tipo motivacional que se van asociando.

Algunos autores han querido ver una relación entre problemas perinatales y dislexia. Sin embargo los estudios han demostrado que la tardanza en la aparición del habla y de la marcha eran mejores predictores de los problemas verbales y de dislexia que las dificultades de nacimiento. Esto no quiere decir que algunos problemas perinatales no incidan en la aparición de la dislexia en algunos casos concretos, de acuerdo con lo expuesto más arriba de la posible multiplicidad de orígenes coincidentes en el resultado final de los problemas de aprendizaje de lecto-escritura.

Se han producido diversos estudiosa sobre variaciones del electroencefalograma (E.E.G.), si bien no parecen metodológicamente muy correctos y no se sabe si hay en realidad una base neurológica diferenciadora delos disléxicos. A partir de la referencia de un reciente estudio (1996) del instituto neurológico de Montevideo, en el que se afirma que los disléxicos presentan alteraciones concretas del ritmo alfa, con áreas de baja reactividad .

Así, según este estudio habría una correlación entre cada subtipo de dislexia que considera y la topografía de la actividad cortical encontrada: La que denomina dislexia viso-espacial, presenta áreas de las descritas en el hemisferio derecha, mientras que la dislexia de tipo analítico, secuencial y fonológico presenta la alteración en el hemisferio izquierdo.

La última afirmación del párrafo anterior se corresponde con los estudios sobre dominancia cerebral y lateralidad. Los estudios coinciden en señalar que el **hemisferio izquierdo** está especializado en el procesamiento lingüístico, así como en el procesamiento analítico, lógico y secuencial o serial de la información. El **hemisferio derecho** está mas relacionado con actividades de tipo espacial, como la percepción de la profundidad y de la forma.

Sobre esta especialización se han basado varias teorías explicativas de la dislexia:

1.- La falta de dominancia cerebral haría que no hubiera especialización en el lenguaje y de ahí surgirían los problemas.

2.- El retraso madurativo en la especialización, produciría los problemas.

3.- Un déficit o disfunción en el hemisferio izquierdo explicaría la problemática disléxica

4.- La presencia de interferencias en el funcionamiento de ambos hemisferios sería la responsable de los problemas.

5.- La disociación, la falta de integración debida a un procesamiento diferente del material auditivo y el material visual en los diferentes hemisferios.

Del estudio comparativo de las pruebas y experimentos que avalan las diversas explicaciones Thomson deduce que lo que más apoyo empírico parece tener es que hay un inicial retraso madurativo lleva a un mal aprendizaje inicial por una mala estrategia y que

luego se asienta una disfuncionalidad. Esta disfuncionalidad no afectaría a todo el hemisferio, sino a las tareas referidas a al conexión específica entre sonido y símbolo escrito. La tasa de procesamiento de estas tareas puede ser más baja en los disléxicos.

El tema de la lateralidad se suele asociar a la dislexia. Las dificultades de lateralización pueden hacer difícil aprender bien la lectura por las letras que se diferencian por su orientación lateral. De los estudios realizados parece que alguna forma de lateralidad mixta o cruzada parece asociada a la dislexia, especialmente en poblaciones clínicas, pero aún no están claros los mecanismos que operan. Lo más probable parece ser que la lateralidad cruzada genere en algunos casos confusión direccional, dificultades de barrido visual y puede afectar a la integración hemisférica.

Sin embargo no está comprobado que el entrenamiento en dominancia juegue un papel importante en el desarrollo del funcionamiento cognitivo. Parece mejor adaptar el método de aprendizaje a las posibilidades del niño que cambiar al niño para que aprenda de una determinada manera.

Las hipótesis de tipo cognitivo se ocupan de procesos que implican representaciones internas, a nivel del pensamiento, la memoria, la percepción y el lenguaje y cada uno de sus subcomponentes. La Psicología cognitiva se basa básicamente en el enfoque del procesamiento de la información: se percibe estimulación del medio, se codifica de diversas maneras usando sistemas cognitivos como la memoria, análisis de rasgos, recuperación, extracción de la información léxica, etc.

La lectura no es un proceso único: palabras aisladas, en voz alta, lectura silenciosa, letras individuales... De otro lado en la lectura se han de tener en cuenta rasgos visuales, rasgos fonológicos, rasgos semánticos y rasgos articulatorios.

Para explicar la forma en que interaccionan y se integran todos estos factores en la lectura se han propuesto diversos esquemas explicativos y se ha centrado la atención en déficits en diversas áreas que inciden en la lecto-escritura.

Se han estudiado las deficiencias perceptivas que se dan en la dislexia en los niveles de edad de los 5 a los 8 años. De todos modos las conclusiones de los estudios son que el problema no es la dificultad de percepción, sino la de relacionar lo percibido con lo que hay que nombrar, sean letras, números, palabras o los lados derecho e izquierdo, que distingue pero no relaciona con el nombre.

En otros estudios se ha visto la posibilidad de que los disléxicos tengan una persistencia visual mayor que los no disléxicos, con lo que se produciría interferencia entre unos estímulos y los siguientes, lo que a su vez daría lugar a movimientos erráticos en los ojos.

En los estudios sobre la discriminación auditiva_se ha visto que una pérdida auditiva en las frecuencias altas o bajas puede dar errores en unos tipos u otros de letras. Sin embargo los últimos estudios inciden en que el problema no es la percepción o discriminación auditiva, sino en etiquetar el sonido como igual o diferente.

Otros trabajos se han centrado en el estudio de la integración de los datos auditivos y visuales, pero una vez más se va hacia la creencia de que la dificultad se encuentra en la mediación verbal que se da en estas integraciones.

Los movimientos oculares o sacádicos que se producen en la lectura, se ha estudiado en muchas ocasiones que son anómalos en los disléxicos. Sin embargo esto no parece que sea la causa de los problemas observados, sino más bien la consecuencia del mal aprendizaje y las dificultades que el niño tiene.

Las dificultades en las seriaciones y las secuenciaciones sí parecen ser bastante características de los disléxicos, si bien aun se discute la implicación y el significado real de los descubrimientos experimentales realizados.

Se ha trabajado en múltiples investigaciones sobre la memoria a corto plazo y su influencia en la lecto-escritura. No se aprecian dificultades en la memoria a largo plazo, ya que son capaces de aprender y recordar lo aprendido. Lo que se ha detectado es una cierta debilidad de la memoria corto plazo, particularmente la memoria serial y secuencial y la codificación auditivo-verbal, por lo que usan más los códigos de acceso visual.

En los estudios sobre las dificultades específicamente verbales se ve que el problema no es conceptual, como hemos dicho en otro momento, ya que los niños tienen una buena inteligencia, sino que el problema aparece al abstraer y generalizar la información verbal en tareas tales como la transferencia de información y es un sutil déficit del lenguaje que dificulta la integración de visual a verbal.

Los estudios basados en los aspectos fonológicos parecen avalar que los disléxicos son sutilmente disfásicos. Y nuevamente se afirma que las dificultades se relacionan con la traducción de la información visual a verbal en la memoria a corto plazo.

Los factores sintácticos, semánticos y léxicos, funciones lingüísticas de orden superior, al ser analizados en los disléxicos nos proporcionan datos que nos indican que esos niños son inferiores en el uso de la morfología estructural y que hacen poco uso de los rasgos suprasegmentarios, como el tono, el acento,... pasando por alto importantes señales lingüísticas que a los demás nos ayudan a la comprensión del texto. Parece haber pruebas de la existencia de ciertas dificultades en el procesamiento sintáctico y semántico en los niños disléxicos, pero estas no parecen demasiado graves.

De todo lo anterior, lo que se deduce de cara al diagnóstico y tratamiento, es la importancia de las dificultades de procesamiento verbal. Son dificultades relacionadas con la traducción de la entrada visual a códigos verbales o de base auditiva. Hay pues sólidas pruebas de algún tipo de dificultad de codificación fonológica / fonética /verbal en los niños disléxicos.

DIAGNÓSTICO

Para los profesionales de la enseñanza es importante detectar los problemas de dislexia si quieren contribuir a su solución y no aumentar los problemas que estos niños tienen en esta área de aprendizaje tan crucial en nuestro sistema de enseñanza.

Con las listas y descripciones que se presentan anteriormente en este trabajo, se puede empezar a sospechar la existencia de una dislexia en un alumno. Se insiste que lo fundamental es la dificultad para aprender a leer y escribir correctamente en ausencia de problemas intelectuales o de otro tipo que den una explicación alternativa al problema presentado.

Así, hay que descartar:

- defectos de visión
- defectos de la audición
- Un C.I. por debajo de lo normal
- La existencia de una perturbación emocional primaria
- Que el problema sea debido a mera falta de instrucción.
- Que haya problemas de salud graves que mediaticen el aprendizaje
- Que no se den lesiones cerebrales diagnosticables y que puedan afectar al área del lenguaje.
- Que pueda darse el diagnóstico de algún retraso grave de desarrollo.

Algo que puede guiar en el diagnóstico, además de las dificultades de lecto-escritura, es la existencia de dificultades similares en la familia. Las dificultades fonológicas (de correcta repetición de determinadas palabras) y las dificultades de pronunciación, si no hay una dislalia clara, pueden orientar hacia la dislexia.

La lateralidad cruzada o no definida, suele ir ligada a la dislexia.

Con estos datos de observación, el profesional que no sea psicólogo o pedagogo, debe remitir el niño a estos servicios, con el fin de que profundicen en el diagnóstico y nos ayuden con su análisis a identificar los problemas concretos que tiene cada alumno y establecer las pautas y métodos de ayuda que le puedan ser más favorables.

El psicopedagogo escolar o privado, fundamentalmente tratará de establecer, además del historial personal, médico y pedagógico del alumno, su C.I. y las características de su perfil.

El WISC (Escala de inteligencia de Wechsler para niños) es el test de inteligencia más utilizado, por la amplia información que proporcionan sus subtests y la posibilidad de establecer un perfil, que si bien se discute su utilidad, al menos permite conocer detalles del funcionamiento y las posibles lagunas de dicho funcionamiento cognitivo..

Este es el aspecto fundamental para mí, junto con una prueba de lecto-escritura, que puede ser el castellano el T.A.L.E., (Test de Análisis de Lectura y Escritura), que permite una análisis detallado por niveles de edad y escolarización de los problemas que aparecen en todas las áreas y modos de la lecto-escritura: letras, sílabas, lecturas, comprensión lectora, dictado, copiado...

Si se considera necesario por la mayor incidencia de problemas de lenguaje, se puede utilizar el ITPA (El test Illinois de Aptitudes Psicolingüísticas)

El aspecto psicomotriz se puede ver mediante las pruebas de Mira-Stambak y el área de integración mediante el test Gestáltico-Visomotor de Lauretta Bender.

Un buen indicador inicial y que se puede inicialmente en el aula, proporcionando información al evaluador posterior, es el test de la figura humana de Goodenough.

Una alternativa para medir la inteligencia con escaso componente verbal, son la matrices progresivas de Raven.

La percepción visual en niños pequeños se puede evaluar con el test de Frostig, que tiene un programa para recuperar las deficiencias encontradas.

La lateralidad se puede evaluar con diversas pruebas, como la LATERALIDAD Usual de Marguerite Auzias

Generalmente se admite y mi experiencia lo ratifica, que en el WISC los niños disléxicos puntúan más alto en la escala manipulativa que en la verbal. Las pruebas de Dígitos, Información, Aritmética y la de Claves están asociadas a los problemas de dislexia, los niños con este problema puntúan bajo en ellas por cuanto las habilidades que se exigen en ellas tienen que ver con la memoria a corto plazo.

Hay que tener particular cuidado con los resultados de los tests que requieran leer las preguntas, porque en ellos los disléxicos pueden aparecer como deficientes.

En buena medida, las pruebas que se pasan tienden a tratar de aclarar qué aspectos son deficitarios en el funcionamiento del niño y qué áreas trabajar en la recuperación.

En un aula se puede detectar una posible dislexia haciendo leer a un niño en voz alta y pidiéndole que nos cuente algún acontecimiento previamente narrado por él o lo que ha leído, cuando se ha comprobado o que lo ha comprendido y lo ha expresado correctamente a nivel oral.

En la lectura se pueden encontrar errores desde el desconocimiento de más o menos letras, hasta las adiciones, omisiones, repeticiones, inversiones, cambios de línea, lectura con falta de ritmo, ausencia de puntuación, acentuación y entonación, dificultades en sílabas compuestas, inversas, palabras largas o nuevas, o con acumulación de dificultades de pronunciación, dificultades con la g y la j, con la c y la z, confusiones en letras simétricas:d/b, p/q, d/p, letras de pronunciación similar : m/n, m/p, b/p, b/m... Cuando son mayores, típicamente inician la lectura de una palabra larga y acaban con otra que aparentemente se inventan. Esto es debido a que por falta de agilidad y práctica no hacen la adecuada previsión de lo que viene a continuación, como hacen los buenos lectores. Por eso en la reeducación hay que acompañarlos al leer y corregir con suavidad sus errores para que puedan hacer un aprendizaje correcto y reestructuras sus hábitos y automatismos lectores.

Como se ve la cantidad de errores posibles y las posibilidades de combinación abundancia, influencia en las dificultades, es variada, y habrá de ser tenida en cuenta a la hora de programar la reeducación.

En la escritura, cuando se le pide que escriba de una manera espontánea, generalmente se producen estos fenómenos:

1.- Dificultad inicial para imaginar la historia o si la ha imaginado adecuadamente, se siente incapaz de expresarla por escrito o reacio a hacerlo. Consume mucho en tiempo antes de iniciar el trabajo. A veces es preciso sugerirle los temas y el cómo expresarlos.

2.- El niño necesita un tiempo excesivo para escribir su relato. Puede tardar 15 o 20 minutos para escribir dos líneas, aunque esto es un caso extremo.

3.- La escritura en sí puede ser indicativa, por el tipo de letra, la mayor o menor disgrafía, la forma a veces incorrecta de coger el lápiz, la forma de realizar los óvalos de las letras. Se puede observar agarrotamiento a la hora de escribir. El niño puede manifestar cansancio. L letra inicialmente correcta, se va desestructurando, el niño pierde el control que a veces ejerce inicialmente a costa de grandes esfuerzos. Por eso en ocasiones animo a que escriban prescindiendo de la buena letra, pese alas tendencias uniformadoras de los profesores.

4.- Discrepancia entre lo escrito y el lenguaje oral del niño. (Por eso a veces convendría evaluar a los niños disléxicos oralmente y no por escrito). A veces utilizan una sintaxis extraña, omite palabras en especial los nexos y las palabras de función, dándose cuenta de ello en ocasiones al releer el texto. Igualmente el uso de los signos de puntuación apenas responde a las normas sintácticas.

.....

EDUCACIÓN MUSICAL.

Es muy recomendable la audición de música de Mozart.

INTERPRETACIÓN DE DIBUJOS.

Puntos a estudiar	*Características del dibujo*	*Interpretación*
Colocación del dibujo	Parte superior o parte derecha de la hoja.	Optimismo, idealismo, necesidad de saber, de conocimientos.
	En la parte izquierda	Regresión hacia el pasado, búsqueda de protección materna, rechazo del futuro.
	En la parte inferior	Represión de los sentimientos.
Grafismo	Apretando el trazo, amplias líneas rectas, firme.	Seguridad, insolencia, voluntad, sociabilidad, agresividad.
	Trazos imprecisos, interrumpidos, entrecortados	Inestabilidad, timidez, inseguridad.
Colores	Frecuente utilización del: Negro Marrón Verde Naranja Azul Rojo	 Rebeldía Culpabilidad Egoísmo Relajación, felicidad Calma, equilibrio Actividad
Contenido: *La casa*. (La casa es el niño. El paisaje, su entorno. Informa sobre la inserción del niño en la familia).	Casa pequeña en un rincón de la página. Gran casa en el centro de la hoja	Timidez, debilidad Seguridad en sí mismo, energía.
	Pocas ventanas Muchas ventanas Casa con puertas y ventanas, chimenea con humo y mucho colorido.	Timidez Confianza, expansión. Vida interior rica y equilibrada.
	Rodeada de árboles, flores y pájaros.	Alegría de vivir.
	Presencia de un camino que sale de la casa.	Apertura al mundo exterior, deseos de ser mayor.
	Gran valla que rodea toda la casa.	Inseguridad.

El árbol (Indica cómo se ve a sí mismo, su personalidad, su adaptación al mundo).	Con muchas ramas. Sin hojas Con muchas hojas Tronco alto, largo, derecho. Tronco delgado, encorvado. Raíces que se hunden en el suelo. Sin raíces Caída de hojas.	Deseo de expansión. Falta de expansión. Confianza, optimismo, sociabilidad. Fuerte personalidad, actividad, soltura. Sensibilidad, refinamiento, poca actividad. Instinto vigoroso, necesidad de apego. Mala inserción en la familia, en la sociedad. Melancolía. Inestabilidad, nostalgia.

.....

COMIENZOS DE LA ESCOLARIZACIÓN.

¿<u>Cómo se manifiesta es estrés debido al comienzo de la escuela</u>?

- Conductas agresivas: chuparse el dedo, mojar la cama, comerse las uñas, etc.
- Retirada social poco característica del niño: no quiere hablar con nadie, parece deprimido.
- Pérdida de motivación o de capacidad de concentración en tareas.
- Cambios importantes de conducta.
- Pérdida de apetito o de sueño.
- Irritabilidad sin explicación.
- Quejas físicas: dolor de cabeza, de estómago, etc.
- Problemas con los amigos o los compañeros de clase.

¿<u>Cómo afrontar y prevenir el estrés debido al inicio de la vida escolar</u>?

- Familiarizar al niño con la escuela, por ejemplo, visitándola en verano, antes del inicio del curso.

- Crear expectativas positivas e ilusión por asistir, hablando siempre con alegría del tema y haciendo hincapié en que representan un paso para ser mayor, y para aprender muchas cosas valiosas.
- Instruir al niño en habilidades prácticas de aprendizaje: interés por el material gráfico (acostumbrándolo a ver cuentos impresos, pintar, rellenar con color, dibujo libre, etc), y hábito de trabajo sedentario (acostumbrar a trabajas cortos espacios de tiempo con tareas similares a las escolares).
- Asegurar que va a visitar a la escuela sólo unos minutos con el padre o la madre. Demostrárselo la primera vez, y establecer ahí el punto de partida para el progreso. Supone ir con el niño al colegio y volver a los quince minutos, pero evitando llevarlo a realizar actividades placenteras para él al salir del colegio. No debe asociar el no ir al colegio con tener más oportunidades de hacer lo que le gusta.
- Mantener ese régimen una semana, durante la cual se irán dando tareas concretas a desempeñar en el colegio, mientras que la madre está fuera del aula, para ir alargando el tiempo que permanece en el colegio unos minutos. Al mismo tiempo conviene hablarle con ilusión de las ventajas y actividades que va a realizar cuando supere su miedo.
- A la semana siguiente conviene que permanezca en el colegio un tiempo determinado (por ejemplo, hasta el recreo) hasta que vaya la madre por él. Se incrementará el refuerzo y valoración en el ambiente familiar.
- En la tercera semana conviene introducirle en el ritmo normal de la vida escolar, proporcionándole aún apoyos. Por ejemplo, puede llevarle la madre el bocadillo.
- Debe evitarse tajantemente que el niño se quede en casa por llorar, mostrar estrés o ponerse “malito”. Los padres evitarán proteger excesivamente al hijo dejándolo en casa, o reforzarle estos comportamientos dependientes y temerosos.

Manifestaciones de estrés asociado a la escuela.

- *Conducta agresiva*: quejas, chuparse el pulgar, volver a mojar la cama, etc.
- *Ansiedad*: Suele darse este síntoma en niños que se preocupan por las cosas, pequeños muy conscientes de las expectativas de los padres.
- *Somatizaciones*: Suele darse en niños que no manifiestan verbalmente estrés ni emociones negativas. No se muestran con miedo o rabia, pero se quejan de molestias o dolores (cabeza, estómago, trastornos del sueño, etc)

¿Cómo afrontar el estrés asociado a la escuela?

- Se debe crear un entorno que facilite el aprendizaje académico, acostumbrando al niño a leer (u hojear) cuentos, a jugar con pinceles y lápices, a colorear, a escuchar historias.
- *El primer día de colegio:* El día antes de empezar, preparar juntos la cartera. Aprovechar la ocasión para explicarle lo mucho que va a aprender con los libros nuevos que va a utilizar y lo que va a disfrutar con sus nuevos lápices de colores. Acompañar el primer día para saludar a sus profesores.
- Pedir al niño, cuando vuelva del colegio, que cuente lo que ha realizado ese día y que muestre sus materiales de clase y productos terminados. El valor que los padres presten al trabajo del niño impacta fuertemente en la motivación de éste para el trabajo escolar.
- Hay que hacer comprender al niño que lo importante es realizar el trabajo diario y esforzarse, aunque no se consigan resultados eficaces al comienzo. Afrontar los

resultados incompletos con relajación, haciendo que el niño entienda que se le quiere y es muy importante para los padres.

- Mantener siempre el cariño y la valoración.
- Apoyar con manifestaciones cariñosas que compensen la autodesvalorización del niño. Dedicarle tiempo.
- Destacar sus puntos fuertes (por ejemplo: deporte, juego físico, habilidades o destrezas manuales, etc), habilidades e intereses. Utilizarlos para compensar sus limitaciones en el terreno escolar.
- Demostrar que se le acepta como es y destacar su progreso en otras áreas, su desarrollo humano.
- Tener expectativas y demandas realistas y a su alcance.
- Implicarle en decisiones sobre actividades familiares, demostrándole que es un miembro "importante" de la familia y que sus opiniones son tomadas en cuenta.
- Transmitir optimismo y confianza en superar sus dificultades.

OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN RACIONAL-AFECTIVA EN NIÑOS.

- Sentimientos: ayudar al niño a ser más consciente de sus sentimientos y sus diferentes formas de expresión.
- Cambiar las creencias irracionales: ayudar al niño a reconocer un sistema irracional de creencias y sus efectos, y a desarrollar un sistema personal, cambiando el irracional. Por ejemplo, una idea irracional frecuente en la infancia es creer que todo lo que empieza tiene que salir bien, o que todo el mundo tiene que quererlo tanto como su papá o su mamá.
- Cometer fallos e imperfecciones: ayudar el niño a comprender la naturaleza de los procesos, evitando la tendencia al perfeccionismo obsesivo y aceptando que todo el mundo se equivoca más de una vez.
- Cambiar los sentimientos de inferioridad: ayudar al niño a comprender que cada uno tiene cosas positivas y negativas, y que no debe verse a sí mismo o a los demás en términos de un solo atributo: bueno o malo.
- Catastrofismo: Cambiar los irracionales "debe" y "tiene que" que conducen a pensar que un fallo debe ser catastrófico o terrible, por actitudes más realistas que se expresan en "me gustaría" o "prefiero". Deben aprender a pensar que desear o pedir algo no significa poder alcanzarlo necesariamente, sino sólo que le gustaría conseguirlo.

Prevención y afrontamiento del estrés debido a las relaciones interpersonales.

- Apego seguro: La familia que proporciona al niño un apego seguro, en el que se siente firmemente querido, proporciona expectativas positivas de la interacción social. Si el niño es regañado **NO DEBE UTILIZARSE RETIRADA DE CARIÑO** ("no te quiero si haces esto"), ni exigirle metas que no puede conseguir por su edad o características personales

- Son típicas las conductas de oposición a la madre, que comienzan a aparecer a los 2-3 años hasta los 4-5 años, y que tienen una función de autoafirmación.
- Mostrar un comportamiento positivo hacia el niño destacando más sus aciertos y logros que sus fracasos o deficiencias.
- Utilización del razonamiento inductivo, hacer al niño reflexionar sobre algo que ha hecho, mejor que regañarle sin explicar el porqué, preguntar sobre las consecuencias de los actos, anticipar qué cree que va a pasar.
- Mostrar habilidad en las relaciones familiares: buscando diversas soluciones ante los conflictos, negociando con el niño en temas conflictivos.

.....

ORIENTACIONES EDUCATIVAS

Creer en vosotros mismos, en vuestra capacidad como padres, y en vuestro hijo, a quien conocéis mejor que nadie.

Amar a vuestro hijo de manera incondicional. Evitar poner condiciones a vuestro amor, como, por ejemplo, demostrarle amor sólo como reacción a su estrés o a sus logros. Que vuestros hijos sepan que son *amados por sí mismos,* no por lo que hacen o por lo bien que realizan sus tareas.

Demostrar afecto abiertamente a vuestro hijo. Eso le ayuda a entender y a "senti"» mejor vuestro amor y vuestro respeto. Demostrar a vuestro hijo, por ejemplo, que *divertirse es una parte importante de la vida.* Dejar las preocupaciones de la enseñanza a la escuela y a sus profesionales.

Animar a vuestro hijo a relajarse. Los niños necesitan un tiempo todos los días para el esparcimiento. Eso les ayuda a renovarse.

Animar a los niños a guardar un *equilibrio entre el trabajo, el juego y el descanso.* Eso realza los objetivos de la vida y ayuda también a disminuir la ansiedad.

Ofrecer *ejemplos positivos* a vuestro hijo. Que el niño vea, a través del ejemplo diario, que habéis conseguido encontrar la genuina felicidad en la vida.

Prestar más atención a las *sencillas actividades diarias* de la vida y menos a los objetos materiales y a los logros.

Ser comunicativos con vuestros hijos de manera amorosa a través de las miradas, la palabra, las caricias, y hacer cosas concretas con ellos. La comunicación efectiva crea un clima de confianza, tanto para los niños como para los padres.

Fomentar en los niños una comunicación abierta, sobre todo respecto a los deberes o a los problemas relacionados con la escuela. Procurar que las preguntas que hacéis a los niños sobre sus esfuerzos escolares no tengan carácter de juicio.

Elogiar los *intentos de vuestro hijo por comportarse con madurez* cada vez que se esfuerzan. Ignorar todo lo posible cuando no se les da bien.

Fomentar su independencia y ayudarles a pensar por sí mismos. Elogiar los esfuerzos y actos independientes de vuestro hijo, no hagáis por vuestros hijos lo que sabéis que ellos pueden hacer solos.

Inculcar la curiosidad en vuestro hijo. Eso le servirá para toda la vida. La curiosidad ayuda a los niños a sentirse satisfechos consigo mismos y con su mundo. Los sentimientos de angustia interfieren en esta curiosidad natural.

Dejar bien claro lo que esperáis de vuestros hijos. Decirlo de manera sencilla y directa para que no haya malentendidos. Ofrecer a vuestros hijos la oportunidad de tomar *sus propias decisiones* y dejarles ver las consecuencias naturales de las mismas, aunque a veces no sean las más acertadas. Saber tomar decisiones refuerza la confianza y la independencia. Tomarse la molestia de *contestar a las preguntas de los hijos* aunque parezcan tontas. Eso también fomenta la curiosidad y ayuda a reforzar el lazo entre padres e hijos.

No infravalorar nunca la capacidad de vuestros hijos para hacer las cosas por sí mismos. Eso les ayuda a entender la independencia y la propia valía. No dudéis de vuestros hijos, aguardando su caída, porque eso puede producir en él sentimientos de ineptitud.

Tomarse la molestia de *acostumbrar a los hijos* a realizar esas habilidades de la vida que les garantizarán el éxito de muchas maneras. Por ejemplo, si necesitan aprender a limpiar su habitación, para que puedan encontrar sus cosas o trabajar y jugar más a gusto, hay que gastar tiempo explicándoselo. Todas las habilidades se tienen que aprender y reforzar muchas veces para tener éxito.

Elogiar todos los valores que demuestren tener vuestros hijos. Si vuestro hijo adolescente da una fiesta, por ejemplo, y pone la casa de punta en blanco, alabarle por haber hecho una buena limpieza y por respetar la casa como lugar de orden para todos. Absteneos de criticarle por lo desordenado que ha sido.

Respetar a los niños, tratarles con respeto. Hablar con ellos como se hablaría con cualquier otra persona importante. Pedirles permiso antes de contar algo de ellos o de mostrar algo suyo a los demás. Si pedís permiso, sabrán que les respetáis, a ellos y a sus sentimientos. Ellos, a su vez, aprenderán a respetarlos y a respetarse más a sí mismos.

Demostrar a los niños que se tiene fe en ellos. Eso les ayuda a creer en sí mismos y les da valor para intentar nuevas cosas. *Eliminar la crítica y sustituirla* con las palabras de aliento.

Recordar que el elogio es válido sólo *cuando es sincero. No* se debería dar continuamente o al azar. El elogio debería centrarse únicamente en los esfuerzos de los niños y en sus logros, *no* en su carácter o personalidad.

Valorar a los hijos en *términos positivos.* Eso protege su ego y les da valor para asumir nuevos riesgos.

Que vuestro hijo sepa que *no esperáis de él que sea un genio* en el aspecto académico, deportivo o social.

No fomentar el *perfeccionismo.* No es necesario ser perfectos en todo lo que se hace en la vida para alcanzar la felicidad y el éxito.

No abusar al decir a los niños *lo "buenos"* o *lo listos* que son. Eso les crea demasiada tensión. Cuidado con los comentarios bien intencionados como "no importa el curso que hagas o el trabajo que elijas, siempre que lo hagas perfectamente". Hasta eso puede ejercer demasiada presión en un niño. Ser el "mejor" puede parecer una meta imposible, en particular cuando se trata de un niño fracasado.

No abusar de la enseñanza en casa. Eso también crea tensión en los niños. Dejar la enseñanza académica principalmente a los profesores. Los niños quieren que sus padres sean padres, no los profesores de la escuela.

Saber escuchar a los hijos. Escuchar sus necesidades, sus miedos o frustraciones. Aprender a ayudarles a manifestar sus ansiedades expresándoles lo que sienten por ellos. "Pareces triste esta mañana", por ejemplo, es un primer paso para una comunicación más abierta y ayuda también a los niños a relacionarse mejor con sus propios sentimientos.

Que los niños sepan que *lo que ellos sienten por dentro* es tan importante para vosotros como para ellos. Que estén seguros de que vosotros aceptáis pensar en sus sentimientos, sean positivos o negativos, y hablar de ellos.

Ignorar su mala conducta todo lo posible. En cambio, elogiar el comportamiento positivo.

Procurar no tener conflictos con los hijos en la medida de lo posible; en cambio, solicitar la colaboración de un hijo en una circunstancia difícil. Eso le ayuda a sentirse necesario y a comprender mejor el sentido de las normas.

Administrar los premios. Cuando un niño con problemas tiene algún pequeño triunfo, los premios muchas veces pueden servir como "pequeños empujones" para que siga intentándolo. Los premios gordos no son necesarios, y no tienen por qué ser cosas materiales. El elogio verbal -el premio más usado en la práctica por los educadores- es lo que más conviene para la mayoría de los esfuerzos. Los regalos de capricho o un tiempo exagerado, gastado en diversiones, por unos pequeños logros, no tiene demasiado sentido.

Insistir menos en el castigo. En cambio, aumentar la comunicación verbal sobre el respeto hacia uno mismo y hacia los demás, sobre la propia valía y la unicidad de cada persona.

No castigar a un niño en casa porque no va bien en los estudios; no es conveniente. Puede haber muchas razones para que un niño no tenga éxito en la escuela. Cualquier esfuerzo académico se merece algún elogio. El castigo relacionado con la escuela puede ser frustrante y crear sentimientos de culpa e inadaptación en los niños. Hay que aceptar el desafío de demostrar a los niños todo vuestro amor y vuestro apoyo, sobre todo en los momentos difíciles.

Dar a los niños el regalo más precioso: vuestro tiempo. Si la cantidad de tiempo que tenéis que dedicar a vuestros hijos es limitada, cuidar al menos la calidad. Que sepan que el mejor premio que podáis darles no es el dinero ni son objetos, es el tiempo que estáis juntos a propósito.

Proporcionar a los niños muchas experiencias estimulantes. Ellos aprenden algo nuevo de cada experiencia, y cada una de estas experiencias estrecha aún más el lazo entre padres e hijos.

Crear un ambiente ordenado en el hogar. Hay que tener en cuenta que el método y el horario del hogar ayuda a vuestros hijos a afrontar el método y el orden que tiene que tener en la escuela.

Ayudar a los hijos a aprender a organizarse, para que su funcionalidad les ayude en todos sus esfuerzos. Fomentar las actividades mentales para que aprendan a organizar mejor su pensamiento, y para que tengan la oportunidad de aprender a organizar su vida física.

Asignar a los niños responsabilidades concretas. Limpiar la casa, levantarse a tiempo, etc., hace que los niños aprendan a asumir con desenvoltura las responsabilidades que con toda seguridad tienen que afrontar en la escuela.

Llenar la casa de libros y revistas para enriquecer el ambiente en el que viven los niños. Si los estudiantes no sienten los libros como algo vital en su vida, es muy probable que no consideren la lectura como algo importante.

Comprobar que los niños tengan todos los *materiales* necesar*ios en casa*, *para que lleven a cabo correctamente las tareas escolares*: fundamentalmente una mesa, lapiceros,

papel, diccionarios, libros para consulta, un espacio tranquilo y sobre todo tiempo ininterrumpido.

Elogiar todas las aportaciones que los niños hagan a la familia, a sí mismos, a la escuela y a la sociedad. Eso refuerza en ellos la idea de que son útiles y se adaptan perfectamente a este mundo. Los niños fracasados pueden llegar a sentirse dolorosamente desconectados del mundo que les rodea.

Vigilar la salud de los niños (la alimentación, el ejercicio y el descanso necesario) para que tengan las mayores ventajas físicas posibles. Nadie puede funcionar sin tener buena salud y sin estar ágil, y los niños, por supuesto, no son una excepción.

.....

HÁBITOS

NORMAS.

Concretar el número de hábitos a aprender simultáneamente, no siendo demasiado ambiciosos. Pocos y bien seleccionados

Es preciso tener siempre presente que la consolidación de un hábito es una tarea muy compleja, que además del ejercicio motriz y mental, lleva aparejada exigencias de corrección, normas, valores y conductas globales. En consecuencia, el educador ha de plantearse qué y cuáles hábitos va a trabajar con los niños a lo largo del día y cuántos más aprenderá el niño por sí mismo a causa de las exigencias de adaptación al ambiente o de respuesta a los adultos que le atienden.

No ser excesivamente ambiciosos en este aspecto y centrar el esfuerzo del niño en los hábitos fundamentales, es un criterio de primer orden en la acción educativa de los seis primeros años de vida.

Ser coherentes

Es importante que lo que se le exija al niño sea siempre lógico, y que el adulto ponga en práctica de forma estable y constante, aquello que le pide. De esta forma, podrá esperar del niño una conducta razonable.

La coherencia que los educadores han de mostrar, tiene su razón en el mismo proceso de socialización que está realizando el niño. Es decir, para que el niño adapte a su propio crecer, las normas, valores y formas de conducta que se desea adquiera, debe verlas hechas vida en los adultos que forman el grupo social de donde provienen. Sería muy negativo, en el proceso de adquisición de los hábitos, que las palabras y exigencias del adulto respecto del niño, no se correspondieran con los hechos que el adulto le manifiesta. Esto sería como decirle: «Haz lo que te digo, pero no lo que me ves hacer».

Mantener un ritmo adecuado en la distribución de los ejercicios

Los hábitos son conductas complejas que se hace necesario desmenuzar en ejercicios sencillos a fin de poderlos automatizar, por una parte, y corregir los errores que se produzcan en su adquisición, por otra.

En la automatización de gestos, se requiere lentitud y repeticiones frecuentes. Es necesario no intensificar excesivamente los ejercicios en cada sesión, ni repetirlos interminablemente durante muchos días. El cansancio, aumenta los errores y la pérdida del interés del niño por adquirirlos correctamente.

De la misma forma, es necesario también no dejar intervalos muy prolongados entre los elementos que componen la secuencia total del hábito a adquirir, pues espacios grandes evitan que el niño vaya haciéndose con las conexiones temporales entre los distintos elementos, y en consecuencia, pueden producir aprendizajes inconexos, imposibilitando el aprendizaje del hábito total.

Realice siempre la secuencia del hábito propuesto:

- *Descomponiéndolo* en ejercicios fundamentales.
- *Realizando* cada ejercicio hasta que observe que el niño intenta realizarlo por sí mismo, en ese momento...
- *Conectando* ese ejercicio con el siguiente sin dejar de realizar la secuencia aprendida hasta el momento.

Es importante cuidar que el niño no pierda de vista lo que se desea de él *mostrándoselo prácticamente.*

Valorar el esfuerzo conseguido

El éxito y la valoración manifiesta son refuerzos siempre positivos; uno para la propia satisfacción, y el otro, por el placer que produce a quienes nos estiman.

La valoración que el adulto realiza sobre lo conseguido por el niño, se transforma para él en estímulo para desarrollar un esfuerzo mayor y mucho más perfecto.

Centrar el esfuerzo en lo fundamental

En la secuencia que compone un hábito, hay elementos fundamentales y elementos secundarios. Es necesario saber detectar con claridad lo fundamental, ya que en una primera etapa de aprendizaje hay que aprender lo esencial y corregir lo erróneo sobre lo fundamental. Sólo cuando esto se posee, debe prestarse atención a lo secundario.

Por ejemplo: cuando un niño inicia su autonomía en la alimentación, lo fundamental es que llegue a coordinar el movimiento brazo-mano con el movimiento de apertura de la boca, es decir, que sintonice ambos movimientos y consiga, cada vez más correctamente, que el alimento llegue a su boca sin perderlo en el camino, y sin sobreponer sus propios intereses a la situación que el niño está provocando por necesidad.

En otro aspecto es necesario recordar que cada grupo social, tiene pautas prefijadas en la forma de alimentarse, las cuales son transmitidas por los padres. La Escuela infantil o el Centro educativo, tienen pues, un papel fundamental a estas edades, en el aprendizaje de los buenos hábitos de alimentación.

La educación del gusto, se ha de prevenir en la introducción de nuevos alimentos, siempre que sea posible para el metabolismo del niño, y también con los cambios de nuevas maneras de comer los alimentos. Una presentación variada que estimule las sensaciones tanto visuales como olfativas, será un buen recurso para que el niño acepte nuevos alimentos y sabores. Pero en todo caso, no hay que olvidar que la comida es sobre todo un acto social y afectivo por excelencia. Los niños acaban aceptando todo lo que le ofrezca un adulto a quien estiman y en quien tengan depositado su afecto y su confianza.

Hábitos a educar en relación con la alimentación:

Hábitos a iniciar entre los 1-3 años:

- Coger el alimento sin dejarlo caer antes de llevarlo a la boca.
- Aprender a utilizar la cuchara para sólidos o mezclas de líquido-sólido
- Utilizar el vaso para beber líquidos.
- Aprender a dejar el entorno de la mesa limpio.
- Aprender a dejar el entorno del suelo limpio.
- Aprender a masticar y deglutir bien.
- Aprender a masticar con la boca cerrada.
  Aprender a traer y llevar vasos y platos vacíos o medio llenos.
  Aprender a hablar mientras se come.
- Aprender a esperar el turno de ser servido.
- Aprender a comer de todo.
- Aprender a pedir la cantidad que se va a consumir.
- Aprender a utilizar el pan como auxiliar.
- Aprender a cortar los alimentos con la mano, sin morderlos.
- Aprender a pelar frutas que no requieran cuchillo.
- Aprender a recoger la mesa.
- Aprender a usar la servilleta para: limpiarse la boca.
- Aprender a lavarse las manos antes de coger alimentos.

Hábitos a iniciar o consolidar entre los 3-6 años:

- Aprender a controlar las porciones que hay que llevar a la boca.
- Aprender a separar los obstáculos que se encuentran en la comida: huesos, espinas, etc.
- Aprender a mantener ritmos adecuados entre cada bocado.
- Aprender a colocar platos y vasos llenos en la mesa.
- Aprender a mantener una conversación durante la comida.
- Aprender a utilizar el tenedor.
- Aprender a utilizar tenedor y cuchillo.
- Aprender a pelar frutas con el cuchillo.
- Aprender a servir a los demás.
- Aprender a poner y quitar la mesa.
- Aprender a comer con mantel y flores.
- Aprender a adornar la mesa para una celebración.
- Aprender a ayudar en la cocina.
- Aprender a diferenciar verduras, legumbres, frutas...
- Aprender a lavarse manos y dientes antes y después de comer.
- Aprender a usar la servilleta.
- Aprender a valorar la preparación de los alimentos.
- Aprender a diferenciar los sabores de diferentes alimentos.
- Aprender a diferenciar e identificar olores y comidas.

Orientaciones para la práctica educativa.

- Procurar no coartar su autonomía. Valorar los esfuerzos que realice.
- Es importante que la comida no se convierta en una amenaza para el niño. No permitir al niño hacer chantajes con la comida.
- Hay que valorar cada esfuerzo logrado al adquirir un hábito, reforzándolo especialmente cuando haya costado mucho adquirirlo. La alabanza pública puede ser un buen recurso.

.....

ASPECTOS EDUCATIVOS RELACIONADOS CON LA ESCUELA.

Apreciar todos los esfuerzos que hagan los profesores para el bien de vuestros hijos.

Que sepan que sus preocupaciones sobre sus estudios son legítimas y que vosotros lo entendéis verdaderamente.

No insistir en la importancia de la escuela: los niños ya saben que es importante. Subrayar, en cambio, que aprender algo nuevo es gratificante.

Quitar importancia a las calificaciones. Subrayar, en cambio, la importancia del aprendizaje. Hay muchos niños (y padres) que llegan a estar obsesionados con la idea de conseguir buenas notas.

Ser comprensivos con los niños cuando no van bien en los estudios. Que sepan que comprendéis que las nuevas habilidades son difíciles de aprender. No solamente hay que saber escuchar, sino también ayudarles a manifestar sus sentimientos o temores.

No enfadarse cuando un niño no triunfa.

Que los niños sepan que *no siempre se puede obtener resultados perfectos en los estudios.* Hay muy poca gente que consigue mantenerse siempre a un 100% de su rendimiento sin bajar la guardia en algún momento.

Ayudar a los niños a comprender el *objetivo del estudio.* Curiosamente, hay muchos niños que no entienden por qué tienen que estudiar. Hay que enseñarles que aprender nuevas habilidades es gratificante y nos hace más felices, porque así estamos más capacitados para comprender y apreciar nuestro mundo.

Fomentar las capacidades para el estudio. Enseñar a los niños que aprender a estudiar bien puede ser difícil al principio, pero cada año el aprendizaje mejora, gracias a las experiencias que se han ido acumulando el año anterior. Poco a poco, la capacidad para el estudio se va haciendo más fácil, más efectiva y automática. Los niños se vuelven más confiados cada vez que intentan aprender a estudiar.

Insistirles que *la capacidad de aprender* requiere una importante capacidad de atención y de organización, así como una gran rapidez en la escritura. Los estudiantes que organizan bien su trabajo tienen uña ventaja mucho mayor respecto a los estudiantes que no aprenden a hacerlo bien.

Enseñar a los niños a *tomar apuntes* si no saben hacerlo todavía. La capacidad de tomar apuntes, con frecuencia, se pasa por alto en los programas de la escuela por falta de tiempo. Es una habilidad que ni siquiera los buenos estudiantes saben hacer bien.

Fomentar la *aptitud para la investigación,* empezando a enseñarla a los niños cuando todavía están en preescolar. Ayudarles a aprender, cuando son pequeñitos, por ejemplo empezando a clasificar las verduras en la nevera, los frutos en el cesto de la fruta, o las cosas del salón que empiecen por la letra «B». Estas habilidades ayudan a los niños a pensar de manera organizada, aun antes de ir a la escuela. Hay que estar dispuestos a apoyar investigaciones más complejas cuando los estudiantes son más mayores. Hay muchos estudiantes competentes que se frustran enseguida y se desaniman.

Urilizar varias técnicas de preguntas con los niños en la vida diaria. En la escuela tiene que responder a distintos tipos de preguntas: preguntas concretas, preguntas abstractas, preguntas de alto nivel, preguntas que ' requieren un pensamiento crítico.

Establecer un tiempo metódico de estudio cada día para los niños, sobre todo si son niños fracasados y están sobrecargados de deberes. Este método les ayudará a realizar un trabajo más productivo.

No intervenir en los deberes de los niños, a no ser que ellos pidan ayuda. Los deberes son asunto del niño e, indirectamente, de la escuela, no de los padres.

No obligar a los niños a terminar los deberes o a estudiar inmediatamente después de volver de la escuela o al final de una larga jornada. Son momentos de transición, en los que los niños, generalmente, necesitan tener tiempo para ellos mismos, para distraerse y descansar.

Reconocer que la mayoría de las *quejas sobre los deberes* suelen proceder de los niños que hacen bien sus tareas más que de los niños que se ven desbordados por las exigencias académicas de las asignaturas.

.....

EJERCICIOS PARA ESTIMULAR LA INTELIGENCIA Y LA MEMORIA.

1. No utilizar la calculadora en las operaciones matemáticas.
2. Pasatiempos (crucigramas, sopas de letras, etc).
3. Descifrar jeroglíficos.
4. Cuadernos de ejercicios de gimnasia mental.
5. Ajedrez.
6. Leer las noticias de un periódico o revista y repetir en voz alta intentando explicar los conceptos más importantes.
7. Memorizar frases (refranes, frases célebres, etc. Por ejemplo, una frase al día) o números (matrículas de coches, fechas de nacimiento, números de teléfono o series de números hechas al azar).
8. Ejecutar gráficos mentalmente, con los ojos abiertos o cerrados, o también trazarlos en el vacío con la mano antes de representarlos mentalmente. Por ejemplo: símbolo del infinito.
9. Tomar un objeto en la mano. Volver a dejarlo. Imaginar mentalmente que se tiene todavía ese objeto: sentir su peso, su forma, su materia.
10. Situarse ante cierto número de objetos y nombrarlos en voz alta sucesivamente. Luego, prescindir de ellos ordenadamente, empezando por el último nombrado. Repetir entonces una serie de operaciones mentalmente: imaginar los objetos y eliminarlos (por ejemplo, que se va tomando uno a uno y se coloca a la espalda). Hacer lo mismo con figuras geométricas o con números, o con letras de una palabra (Ejemplo: 1,2,3,4,5,6:borrar 1.3.5., viendo sólo 2.4.6., luego borrar 2.4.6. y ver sólo 1.3.5.. Finalmente, borrar todo).
11. Trazar verticalmente, por encima de una línea horizontal, unas líneas verticales cada vez más altas y luego cada vez más bajas. Repetir la operación, imaginando que se dibuja en un papel o en una pizarra. En lugar de barras, se pueden trazar círculos cada vez mayores y luego menores.
12. Concentrarse en una cifra, luego escribirla mentalmente con caracteres cada vez más pequeños hasta que desaparezca.
13. Partiendo de un número cualquiera, por ejemplo 100, contar mentalmente hacia atrás. Aumentar luego a 200, 300, 400...
14. Efectuar un cálculo numérico mental, escribiendo las cifras en una pizarra imaginaria y obtener el resultado sin utilizar papel y lápiz.
15. Tomar una hoja de papel entre el pulgar y el índice y sostenerla verticalmente durante cinco minutos, sin permitir que oscile.